संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मासिक पत्रिका

मूल्य : ₹ ६
भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ सितम्बर २०१४
वर्ष : २४ अंक : ३
(निरंतर अंक : २६१)

श्री नरेन्द्र मोदी

श्री अटल बिहारी वाजपेयी

श्री एच.डी. देवेगौड़ा

श्री चन्द्रशेखर

पूज्य बापूजी के सत्संग-सान्निध्य का लाभ लेकर आशीर्वाद प्राप्त करते हुए प्रधानमंत्री-गण

(पढ़ें पृष्ठ १०)

३१ अगस्त को हुआ
दिल्ली में विशाल 'नारी शक्ति मार्च'

देखें आवरण पृष्ठ २ एवं पढ़ें पृष्ठ ३४

पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग बुलंद करतीं रैलियाँ एवं धरना-प्रदर्शन

२ महिलाओं के झूठे आरोपों के चलते पिछले १ साल से जेल में रखे गये पूज्य बापूजी की रिहाई हेतु सड़कों पर उतरीं लाखों महिलाएँ

देखें सुदर्शन चैनल कवरेज : http://goo.gl/4yqRNm

पूज्य बापूजी का ५०वाँ आत्मसाक्षात्कार दिवस : २६ सितम्बर

साधना की दृढ़ता, उद्देश्य की पवित्रता व गुरु की कृपा से आत्मसाक्षात्कार !

आपका जन्मसिद्ध अधिकार

प्रत्येक मनुष्य स्थिर सुख चाहता है, शाश्वत सुख चाहता है लेकिन वह मिले कैसे ? यह उसके लिए एक अबूझ पहेली बन जाती है । पूज्य बापूजी कहते हैं : ''कोई भी अवस्था आ जाय, जीव तब तक पूर्ण निश्चिंत, पूर्ण निर्दुःख, पूर्ण निःसंदेह नहीं होता, जब तक उसे अपने वास्तविक स्वरूप का बोध नहीं होता । मनुष्य को अपने वास्तविक स्वरूप का बोध हो जाय, अपने-आपका पता चल जाय इसे 'आत्मसाक्षात्कार' बोलते हैं । आत्मसाक्षात्कार हर मनुष्य का जन्मसिद्ध अधिकार है । आज नहीं तो कल, इस जन्म में नहीं तो अगले जन्म में, अगले जन्म में नहीं तो लाखों जन्मों के बाद भी यह ज्ञान तो पाना ही पड़ेगा और जब तक उस पूर्ण परमात्मा का ज्ञान नहीं पाया, तब तक पूर्ण सुख नहीं मिल सकता ।''

परमात्मा तो है सुलभ पर तत्त्वज्ञ हैं दुर्लभ !

भगवान कहते हैं कि 'मैं तो सुलभ हूँ लेकिन 'सर्वत्र मैं ही हूँ' ऐसा अनुभव करनेवाले, तत्त्वज्ञान को प्राप्त महापुरुष अत्यंत दुर्लभ हैं ।' **वासुदेवः सर्वमिति स महात्मा सुदुर्लभः ।** आत्मसाक्षात्कारी महापुरुषों में भी जो अकारण **करुणावान** हों अर्थात् मानव की, प्राणिमात्र की भलाई के लिए अपने समाधि-सुख को छोड़कर समाज में आयें और **श्रोत्रिय** हों अर्थात् शास्त्रों के वचनों, प्रसंगों एवं उपदेशों का रहस्य लोगों को समझाकर उनके संशयों को निवृत्त करने में सक्षम हों - ऐसे महापुरुष तो परम दुर्लभ हैं । ऐसे महापुरुष जब धरती पर होते हैं तो असंख्य लोगों के जीवन में घोर कलियुग में भी सत्ययुग का वातावरण उत्पन्न हो जाता है । उनके जीवन, उपदेशों से प्रेरणा पाकर करोड़ों लोग मानव-जीवन के परम लक्ष्य परमात्मप्राप्ति की राह पर चलने को तत्पर हो जाते हैं ।

(शेष पृष्ठ ६ पर)

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, उड़िया, तेलुगू, कन्नड़, अंग्रेजी, सिंधी, सिंधी देवनागरी व बंगाली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : २४ अंक : ३
भाषा : हिन्दी (निरंतर अंक : २६१)
प्रकाशन दिनांक : १ सितम्बर २०१४
मूल्य : ₹ ६
भाद्रपद-आश्विन वि.सं. २०७१

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक और मुद्रक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
सम्पादक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे. खो. मकवाणा, श्रीनिवास
संरक्षक : श्री जमनालाल हलाटवाला
प्रकाशन स्थल : संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद -३८०००५ (गुजरात)
मुद्रण स्थल : हरि ॐ मैन्युफैक्चरर्स, कुंजा मतरालियों, पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.) - १७३०२५.

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित)

भारत में
(१) वार्षिक : ₹ ६०/-
(२) द्विवार्षिक : ₹ १००/-
(३) पंचवार्षिक : ₹ २२५/-
(४) आजीवन : ₹ ५००/-

नेपाल, भूटान व पाकिस्तान में (सभी भाषाएँ)
(१) वार्षिक : ₹ ३००/-
(२) द्विवार्षिक : ₹ ६००/-
(३) पंचवार्षिक : ₹ १५००/-

अन्य देशों में
(१) वार्षिक : US $ २०
(२) द्विवार्षिक : US $ ४०
(३) पंचवार्षिक : US $ ८०

ऋषि प्रसाद (अंग्रेजी)

	वार्षिक	द्विवार्षिक	पंचवार्षिक
भारत में	७०	१३५	३२५
अन्य देशों में	US $ 20	US $ 40	US $ 80

सम्पर्क

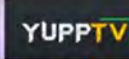
'ऋषि प्रसाद', संत श्री आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुज.).
फोन : (०७९) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८.
e-mail: ashramindia@ashram.org
web-site: www.rishiprasad.org
www. ashram.org

रोज सुबह ७-३० व रात्रि १० (केवल मंगल, गुरु, शनि)

रात्रि ८-४० बजे (संत-सम्मेलन)

रोज सुबह ६.३० बजे

रोज रात्रि १०-३० बजे

YUPPTV ZENGA TV इंटरनेट टीवी

मंगलमय चैनल www. ashram.org पर उपलब्ध

ॐ ॐ ॐ इस अंक में ॐ ॐ ॐ

(१) साधना की दृढ़ता, उद्देश्य की पवित्रता व गुरु की कृपा से आत्मसाक्षात्कार २
(२) पर्व मांगल्य ४
* पूरी मानवता को ईश्वरप्राप्ति हेतु उत्साहित करनेवाला दिवस
(३) रोगनाशक तथा आरोग्य व पुष्टि दायक आँवला रस १०
(४) देश के प्रधानमंत्रियों के उद्‌गार ११
(५) संत चरित्र १२
* गुरुभक्ति की आदर्शस्वरूपिणी अम्माजी
(६) उपासना अमृत * महापुण्यप्रदायक कार्तिक मास १४
(७) पर्व मांगल्य * शरद पूनम की रात, दिलाये आत्मशांति, स्वास्थ्यलाभ १६
(८) चिंतनधारा * स्मृति किसकी होती है ? १८
(९) घर-परिवार १९
* सुखमय गृहस्थ-जीवन के अनमोल सूत्र
(१०) मधुर संस्मरण * पूज्य बापूजी व मित्रसंत २०
(११) नौकासन २२
(१२) * निर्दोष संत को सताने से प्रकृति का कोप बढ़ता है - संत बोरिया बाबा २३
* संत आशारामजी बापू को जेल भेजना काँग्रेस की साजिश - श्री अशोक सिंहलजी
(१३) बापूजी निर्दोष हैं, उन्हें रिहा किया जाय : संत-समाज २४
(१४) 'ऋषि प्रसाद' द्वारा पूरी सनातन संस्कृति की सेवा हो रही है २५
(१५) भगवान श्रीकृष्ण के ६४ दिव्य गुण २६
(१६) मेरी क्रांतिकारी योजना - स्वामी विवेकानंदजी २७
(१७) एकादशी माहात्म्य २८
* आयु, आरोग्य व यश बढ़ानेवाला व्रत
* धन-धान्य व स्वर्ग की प्राप्ति करानेवाला व्रत
(१८) सुखमय जीवन के सोपान २९
* सगर्भावस्था में निषिद्ध आहार
(१९) दुःख का मूल कारण क्या ? ३०
(२०) दशहरे के दस विजयसूत्र ३१
(२१) 'फैशन बन गया है बलात्कार का आरोप लगाना ?' ३३
(२२) शरीर-स्वास्थ्य ३४
* स्वादिष्ट और बलदायक केला
(२३) भक्तों के अनुभव ३५
* नशा छुड़ा के भगवद्रस चखा दिया
* अव्वल अंक व ५०,००० की छात्रवृत्ति
* मेरे परीक्षा परिणाम बेहतर कैसे ?
* कहाँ दो और कहाँ टॉपर !
(२४) रक्षाबंधन के निमित्त देश-विदेश में हुए कार्यक्रम ३६
(२५) पुण्यदायी तिथियाँ ४३
(२६) ग्रहण में क्या करें, क्या न करें ? ४३

पूरी मानवता को ईश्वरप्राप्ति हेतु उत्साहित करनेवाला दिवस

- पूज्य बापूजी

पूज्य बापूजी का ५०वाँ आत्मसाक्षात्कार दिवस : २६ सितम्बर

मनुष्य-जन्म की सर्वोपरि उपलब्धि आत्मसाक्षात्कार

ईश्वर तथा देवता अनेक हैं और वे अपने-अपने विभाग के अधिष्ठाता हैं लेकिन उन सब ईश्वरों में, देवों में जो एक आत्मा है, उस आत्मा-परमात्मा के साथ एकाकार होने की ऊँची अनुभूति का नाम है आत्मसाक्षात्कार।

वह परब्रह्म-परमात्मा जो करोड़ों-अरबों के अंतःकरणों में, दिलों में सत्ता, स्फूर्ति, चेतना देता है, जो सब यज्ञ और तप के फल का भोक्ता है और ईश्वरों का ईश्वर है, उस परमेश्वर के साथ एकाकार होने का नाम है आत्मसाक्षात्कार।

वाणी से परे, अलौकिक व अद्वितीय अनुभूति

आत्मसाक्षात्कार की व्याख्या इस जीभ से हो नहीं सकती। भगवान राम के गुरु श्री वसिष्ठजी कहते हैं कि ''रामजी ! ज्ञानवान का लक्षण स्वसंवेद्य है, वह इन्द्रियों का विषय नहीं है।'' फिर भी कुछ लक्षणों का वर्णन करते हैं बाकी पूरा वर्णन नहीं होता। गुरु नानकजी कहते हैं :

मत करो वर्णन हर बेअंत है,
क्या जाने वो कैसो रे। जिन पाया तिन छुपाया।

जिसने साक्षात् उस परब्रह्म-परमात्मा के अनुभव को पाया, उसने फिर छिपा दिया क्योंकि सब आदमी समझ नहीं पायेंगे।

बोले : ''जन्मदिवस है, हैप्पी बर्थ डे !'' लेकिन भैया ! तेरा अकेले का नहीं है। रोज धरती पर पौने दो करोड़ लोगों का जन्मदिवस होता है। जन्मदिवस तो बहुत होते हैं, शादी के दिवस भी लाखों होंगे और भगवान के दर्शन के दिवस भी सैकड़ों मिल सकते हैं लेकिन भगवान जिससे भगवान हैं, उस आत्मा-परमात्मा का गुरुवर ने साक्षात्कार कराया हो किसी शिष्य को, वह तो धरती पर कभी-कभी, कहीं-कहीं देखने-सुनने को मिलता है। इसलिए

आत्मसाक्षात्कार धरती पर बड़े-में-बड़ी घटना है और आत्मसाक्षात्कार दिवस बड़े-में-बड़ा दिवस माना जाय तो कोई हरकत नहीं। लेकिन प्रचलन जिस बात का है, वैसे ही राजकीय ढंग से मीडिया प्रचार-प्रसार करता है वरना तत्त्व-दृष्टि से देखा जाय तो पूरी मानवता को उत्साहित करनेवाला दिवस आत्मसाक्षात्कार दिवस है। पूरी मानवता को अपने परम तत्त्व को पा सकने की खबर देनेवाला दिवस 'आत्मसाक्षात्कार दिवस' है।

एक साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज या श्री रामकृष्ण परमहंस, श्री रमण महर्षि या किसी संत को साक्षात्कार हुआ तो जैसे वे खाते-पीते, जन्मते हैं और दुःख-सुख, निंदा-स्तुतियों के माहौल से गुजरते हैं, फिर भी सम-स्वरूप में जाग जाते हैं, ऐसे ही आप भी जाग सकते हैं। जब एक व्यक्ति सम-स्वरूप में जाग सकता है तो दूसरा भी जाग सकता है। जब एक की नजर चाँद तक पहुँच सकती है तो सभी चाँद को देख सकते हैं। आत्मसाक्षात्कारी पुरुषों के इस पर्व को समझने-सुनने से आत्म-चाँद की यात्रा करने का मोक्ष-द्वार खुल जाता है।

भगवद्-दर्शन और साक्षात्कार

भगवान के दर्शन में और साक्षात्कार में क्या फर्क है ? ध्रुव को भगवान का दर्शन हुआ और भगवान ने आशीर्वाद दिया कि ''तुझे संत मिलेंगे और तुझे आत्मसाक्षात्कार होगा। बेटा ! तेरा मंगल होगा।'' भगवान का दर्शन अर्जुन को, हनुमानजी को भी हुआ था लेकिन अर्जुन और हनुमानजी को जब तक आत्मसाक्षात्कार नहीं हुआ था, तब तक यात्रा अधूरी थी। कृष्ण-तत्त्व के साक्षात्कार के बिना अर्जुन विमोहित हो रहे थे। जब श्रीकृष्ण ने उपदेश दिया, तब अर्जुन को आत्मसाक्षात्कार, स्मृति हुई, फिर अर्जुन कहते हैं :

नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा त्वत्प्रसादान्मयाच्युत ।

आपके उपदेश के प्रसाद से अब मैं अपने सोऽहम् स्वभाव में, अपने आत्मस्वभाव में स्थिर हो गया। पहले तो व्यक्तित्व में था, अब मैं अस्तित्व में स्थिर हो गया हूँ। अब मेरे सारे संशय मिट गये।

श्री रामकृष्ण परमहंस को काली माता का दर्शन हुआ था लेकिन काली माता ने कहा : ''तोतापुरी गुरु के पास जाओ, दीक्षा लो।''

गुरु के पास जाकर आत्मसाक्षात्कार किया तब रामकृष्णजी की साधना पूर्ण हुई।

मैंने बहुत साधन किये, कई जगह मैंने किस्म-किस्म के पापड़ बेले लेकिन सत्संग जो दे सकता है वह हजारों वर्ष की तपस्या, समाधि भी नहीं दे सकती। ब्रह्मज्ञान का सत्संग जो ऊँची भावना, ऊँची स्मृति, ऊँचा जप-ध्यान और चौरासी लाख जन्मों के चक्कर से निकलने की कुंजी देता है, वह दूसरे किसी साधन से नहीं मिलती।

हमारा जन्म हुआ उसके पहले सौदागर झूला ले आया, पिताजी ने कहा : ''भाई ! हम तो धनवान हैं, हमें दान का नहीं लेना है।'' उसने कहा : ''मेरे को रात को सपना आया था, भगवान ने प्रेरणा की है कि तुम्हारे घर महान आत्मा का जन्म होनेवाला है।'' और हमारे लिए झूला आया, बाद में हमारे शरीर का जन्म हुआ। कुलगुरु ने कहा : ''ये संत बनेगा।'' पिताजी, शिक्षक और पड़ोस के लोग आदर भी करते थे। ३ साल की उम्र में, ५-१० साल की उम्र में चमत्कार भी हो जाते थे, फिर भी २२ साल की उम्र तक हमने बहुत सारे पापड़ बेले। समझते थे कि बहुत कुछ मिला है, तब भी आत्मसाक्षात्कार बाकी था और वे पुण्य-घड़ियाँ जिस दिन आयीं, वह दिन था -

आसोज सुद दो दिवस, संवत् बीस इक्कीस ।
मध्याह्न ढाई बजे, मिला ईस से ईस ॥

यह वह पावन दिवस है जब सदियों की अधूरी यात्रा पूरी करने में जीवात्मा सफल हो गया।

सब संतों का एक ही मत

मेरे ऐसे परिचित मित्रसंत थे जिनकी साधना की एकाग्रता के बल से मानसिक शक्तियाँ विकसित हुई थीं । मेरे सामने लोहे का कड़ा किसी सरदार का ले लिया, बोले : ''देखो, मैं इसको सोने का बनाता हूँ।'' उन सज्जन संत ने उसे सोने का बना दिया । चाँदी की कोई अँगूठी ली किसीसे, सोने की बनाकर दिखा दी । इन्हीं आँखों से मैंने देखी । ऐसे-ऐसे महापुरुष धरती पर अभी भी हैं लेकिन आत्मसाक्षात्कार... बाप रे बाप ! उसके सामने ये चीजें भी कोई मायना नहीं रखती हैं । ऐसे भी मेरे एक परिचित संत हैं जो अदृश्य हो जाते थे, जो पेड़ पर छोटी-सी मचिया बना के हवा पीकर रहते थे, १३५ साल के थे । उनकी मानसिक शक्तियाँ तो विकसित हो गयी थीं, अच्छे हैं वे महापुरुष लेकिन ऐसे सभी संतों का अनुभव है कि आत्मसाक्षात्कार सर्वोपरि चीज है । भगवान राम के गुरुदेव का भी अनुभव है कि आत्मसाक्षात्कार सर्वोपरि अवस्था है ।

सत्संगियों को संदेश

सत्संगी लोग अपना लक्ष्य ऊँचा बना लो और लक्ष्य के अनुकूल रोज संकल्प करो कि 'जो साक्षात् परब्रह्म-परमात्मा है, जिसको मैं छोड़ नहीं सकता और जो मुझे छोड़ नहीं सकता उसका अनुभव करने के लिए मैं संकल्प करता हूँ, हे अंतर्यामी आत्मा-परमात्मा ! मेरी मदद करो ।' भगवान उनकी सहायता करते हैं जो खुद की सहायता करते हैं ।

किसीने ७ दिन में साक्षात्कार करके दिखा दिया, किसीने ४० दिन के अंदर करके दिखा दिया, मैं तो कहता हूँ कि ४० साल में भी परमात्मा का साक्षात्कार हो जाय तो सौदा सस्ता है ! करोड़ों जन्म ऐसे ही बीत गये । और बिना परमात्म-साक्षात्कार के तुम इन्द्र भी बन जाओगे तो वहाँ से पतन होगा, प्रधानमंत्री भी बन जाओगे तो कुर्सी से हटना पड़ेगा, आत्मसाक्षात्कार एक बार हो जाय तो फिर कभी पतन नहीं होता । आत्मसाक्षात्कार माने प्रलय होने के बाद भी जो परमात्मा रहता है, उसके साथ एकाकारता, फिर शरीर मरेगा तो तुम्हें यह नहीं लगेगा कि 'मैं मर रहा हूँ ।' शरीर बीमार होगा तो तुम्हें यह नहीं लगेगा कि 'मैं बीमार हूँ ।' लोग शरीर की जय-जयकार करेंगे तो तुमको यह नहीं लगेगा कि 'मेरा नाम हो रहा है', अभिमान नहीं आयेगा । और कोई पापी अथवा निंदक शरीर की निंदा करेगा तो तुमको यह नहीं लगेगा कि 'मेरी निंदा हो रही है', आप सिकुड़ोगे नहीं, हर हाल में मस्त ! देवता तुम्हारा दीदार करके अपना भाग्य बना लेंगे तो भी तुमको अभिमान नहीं होगा । आत्मसाक्षात्कार तो ऊँची चीज है, आत्मसाक्षात्कारी महापुरुष का चेला होना भी बहुत ऊँची चीज है । इसलिए जन्मदिवस मनाने की तो बहुत-बहुत रीतभात हैं लेकिन आत्मसाक्षात्कार मनाने की कोई रीतभात प्रचलित ही नहीं हुई । फिर भी सत्‌शिष्य अपने सद्‌गुरु का प्रसाद पाने के लिए अपने ढंग से कुछ-न-कुछ कर लेते हैं, अमाप पुण्य व अद्‌भुत ज्ञानस्वरूप प्रभु की प्राप्ति में प्रवेश पा लेते हैं । भगवान शंकर ने कहा है :

धन्या माता पिता धन्यो गोत्रं धन्यं कुलोद्‌भवः ।
धन्या च वसुधा देवि यत्र स्याद् गुरुभक्तता ॥

(मुखपृष्ठ २ से 'साधना की दृढ़ता...' का शेष)

''अक्षर हम अपना उद्धार करना चाहें तो इतना सारा समय नहीं चाहिए जितना हम लगा चुके । फिर ईश्वरप्राप्ति का रास्ता लम्बा क्यों हो जाता है ?'

परमात्मप्राप्ति शीघ्र कैसे हो ?

इसका जवाब है पूज्य बापूजी का जीवन, जिसका अनुसरण करके हर व्यक्ति शीघ्रता से भगवत्प्राप्ति की ओर आगे बढ़ सकता है । बापूजी कहते हैं : ''भगवान को पाने की महत्ता समझ में आ जाय और भगवान को पाने का इरादा पक्का हो जाय तो आपकी ९५ प्रतिशत साधना हो गयी ! बाकी ५ प्रतिशत में आपकी भावना और साधना । केवल उद्देश्य बना लो ईश्वरप्राप्ति का ।'' पूज्य बापूजी ने मात्र २३ वर्ष की अल्पायु में परमात्मप्राप्ति कर ली थी।

आइये दृष्टि डालते हैं पूज्यश्री के कुछ जीवन-प्रसंगों पर :

ईश्वरभक्ति एवं ईश्वरप्रीति से ओतप्रोत बाल्यावस्था

बचपन में पूज्य बापूजी अर्थात् आसुमल कीर्तन गाते-गाते ईश्वर की प्रीति में इतने तो तदाकार हो जाते कि उन्हें देह का भान नहीं रहता। उनकी ऐसी अवस्था को देखनेवाले लोग भी ईश्वरभक्ति में तल्लीन हो जाते। आदर्श भक्त वह होता है जो भगवद्भाव से विभक्त न हो और यही शिक्षा बापूजी के बाल्यकाल से हमें मिलती है।

सच्चे भक्त के हृदय में ईश्वर की प्रीति का झरना निरंतर बहता रहता है, कार्य-व्यवहार के बीच-बीच में ईश्वर की स्मृति में खो जाना उसका स्वभाव हो जाता है । विद्यालय में दोपहर की छुट्टी होती तो आसुमल पेड़ के नीचे ध्यानमग्न हो जाते। घर में भी भगवान की प्रतिमा के आगे ध्यान में घंटों बैठे रहते। अपने इष्टदेव की पूजा-उपासना के बाद ही अन्न-जल लेने का उनका नियम अटूट था।

निर्मल मन जन सो मोहि पावा ।...

पूज्यश्री का बचपन मन की निर्मलता, तीव्र बुद्धि, एकाग्रता, नम्रता, तत्परता, सहनशीलता, प्रसन्नता आदि सात्त्विक गुणों से युक्त था । **सत्त्वात्संजायते ज्ञानं...** सत्त्वप्रधान अंतःकरण में आत्मज्ञान का उदय होता है।

योग, वैराग्य व ज्ञान से देदीप्यमान युवावस्था

पूज्य बापूजी की युवावस्था में योग, वैराग्य और ज्ञान की तेजोमय अग्नि, ईश्वर के विरह की अग्नि इतना प्रखर रूप ले चुकी थी कि पूज्यश्री की युवावस्था कुंदन-सी देदीप्यमान हो रही थी। अब दिन तो ध्यान-सुमिरन में बीतता, रातें भी अंतर्यामी ईश्वर के चिंतन में बीतने लगीं। दिन-रात एक ही चिंतन चलता, 'ईश्वर ! तू कब मिलेगा ?...'

परमात्मा के परम संबंध को जानना ही जिनका लक्ष्य हो, उनका मन नश्वर संबंधों और सांसारिक क्रियाकलापों में ठहर ही नहीं सकता। एक बार बापूजी को किसी रिश्तेदार के घर शादी में जाने के लिए भाई द्वारा बहुत आग्रह किया गया तो पूज्यश्री घर से निकले और भगवान के मंदिर में जाकर बैठ गये।

असाधन न हो इसका आसुमल बहुत ध्यान रखते थे।

सिनेमा उन्हें कभी न भाये, बलात् ले गये रोते आये ।

पूज्य बापूजी शीघ्र ईश्वरप्राप्ति के लिए असाधन के त्याग पर जोर देते हुए कहते हैं कि ''अगर हम अपना उद्धार करना चाहें तो इतना सारा समय नहीं चाहिए जितना हम लगा चुके। अपने परम कल्याण के लिए इतने जन्म नहीं चाहिए जितने हम ले चुके। हम लोग थोड़ी भक्ति करते हैं, थोड़ा साधन करते हैं और बहुत-सा असाधन करते हैं इसलिए ईश्वरप्राप्ति का रास्ता लम्बा हो जाता है।''

नियति की लीला कहो या तरतीव्र प्रारब्ध, न चाहने पर भी पूज्यश्री का विवाह करा दिया गया परंतु पूज्यश्री अपने ब्रह्मचर्य-पालन के नियम में दृढ़ रहे। ईश्वर की खोज में पूज्य बापूजी घर से निकल पड़े और हिंसक पशुओं से भरे घने जंगलों में, गुफाओं में साधना व तपस्या में तल्लीन रहने लगे।

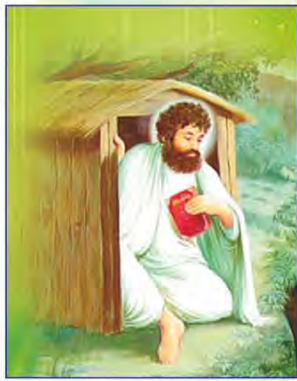
और यह पूज्यश्री के संयमी-सदाचारी जीवन का ही प्रभाव है कि असंख्य साधक गृहस्थ में रहते हुए, आज के विकारी वातावरण में भी संयमी जीवन जीते हैं; अनेक तो ६-६ महीने, सालभर या कुछ वर्षों का ब्रह्मचर्य-व्रत लेकर उसे पालने में सफल हो जाते हैं।

सद्गुरु के श्रीचरणों में...

सामान्यतः यह देखा जाता है कि आवश्यकता आविष्कार की जननी होती है लेकिन हमारी संस्कृति में, अध्यात्म की दुनिया में आविष्कार आवश्यकता के पूर्व से ही विद्यमान रहता है। पूज्य बापूजी की ईश्वरप्राप्ति की तड़प जब इतनी बढ़ गयी कि ईश्वरप्राप्ति के बिना एक दिन भी बिताना कठिन हो गया, तब वे शिवजी की अंतःप्रेरणा से नैनीताल में ब्रह्मनिष्ठ सद्गुरु साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज के श्रीचरणों में जा पहुँचे।

रामानंद स्वामी, संत कबीरजी, संत कमालजी, संत दादू दयालजी... संत निश्चलदासजी - इस गुरु-परम्परा में स्वामी केशवानंदजी महाराज हुए और उनसे आत्मज्ञान पाया शाहों के शाह, भगवत्पाद साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज ने! बापूजी जब इनके श्रीचरणों में पहुँचे तो त्रिकालज्ञानी श्री लीलाशाहजी को समझते देर न लगी कि यही मेरा वह सत्शिष्य है जो स्वयं कष्ट सहकर भी संस्कृति की रक्षा एवं लोक-मांगल्य का भगीरथ कार्य करेगा। इसीके माध्यम से पूरे संसार में आत्मज्ञान का प्रकाश फैलेगा और दुःखों एवं कष्टों से संतप्त अनगिनत लोग ईश्वरीय सुख-शांति का अमृतपान करेंगे।

गुरुद्वार पर कठिन कसौटियाँ

फिर भी सद्गुरु ने लोकोपदेश के लिए बापूजी की ७० दिन तक कठिन कसौटियाँ लीं। लेकिन पूज्यश्री गुरुद्वार पर डटे रहे एवं सभी कसौटियों में भली प्रकार उत्तीर्ण हुए। बापूजी गुरुसेवा का एक भी मौका हाथ से जाने नहीं देते थे। पतीले माँजते-माँजते कंकड़ीली मिट्टी होने से उँगलियों से खून निकल आता था तो बापूजी पट्टियाँ बाँधकर सेवा करते रहते। सोचते, 'कहीं गुरुजी को पता चल गया तो सेवा छिन जायेगी।' बापूजी गुरुद्वार के अनेक सेवाकार्यों को अकेले ही कर लेते थे।

अपना एक क्षण भी व्यर्थ न जाय इसकी सावधानी पूज्यश्री के जीवन में प्रत्यक्ष देखने को मिलती है। भूख लगती तो मूँग उबलने हेतु चढ़ा देते। जब तक मूँग उबलते, तब तक अपना योगासन का नियम पूरा कर लेते। फिर उसी बर्तन में खा लेते ताकि दूसरे बर्तन साफ करने में जो समय लगता उसे साधना में लगा सकें।

पूज्यश्री की सेवा-साधना में तत्परता होने से आपश्री को श्री लीलाशाहजी महाराज की करीबी सेवा मिल गयी। इससे पुराने कुछ गुरुभाई उनसे ईर्ष्या करने लगे, गुरुजी से झूठी शिकायत-पर-शिकायत करने लगे। साँईं लीलाशाहजी ने शिष्य की तितिक्षा देखी। उन्होंने बापूजी को घर जाकर साधना करने की आज्ञा दी। उन्हें

अपने सत्शिष्य की अडिगता पर विश्वास था कि इसे यहाँ से वापस भेज दूँगा तो भी यह संसार में फँसेगा नहीं। और हुआ भी ऐसा ही गुरुआज्ञा-पालन कर पूज्यश्री घर लौट तो आये पर **'...साध्य को पाय बिना साधक क्यों रह जाय।'** की उक्ति को चरितार्थ करते हुए कुछ ही दिनों बाद पूज्यश्री मोटी कोरल (जि. बड़ौदा, गुजरात) चले आये और ४० दिन का अनुष्ठान पूरा कर १३वें दिन पुनः सद्गुरु के चरणों में पहुँच गये।

परम सौभाग्यशाली घड़ी

पूज्यश्री बताते हैं : ''मैं गुरुजी के दर्शन के लिए गया। उस समय के दर्शन एवं मेरी भावना का क्या वर्णन करूँ! श्रद्धा एवं भाव से भरी हुई मेरी आँखों से अश्रुधाराएँ बहने लगीं।

संवत् २०२१ की आश्विन शुक्ल द्वितीया के दिन दोपहर को ढाई बजे पूज्य गुरुदेव ने एक सेवक को 'पंचदशी' का सातवाँ प्रकरण पढ़ने के लिए कहा। पूज्य गुरुदेव ने मुझे प्रेमपूर्वक पास बैठाकर सुनने का इशारा किया। १५-२० वाक्य ही पढ़े गये होंगे और उस परम सौभाग्यशाली घड़ी का उदय हुआ जिसकी वर्षों से प्रतीक्षा थी।''

साधना की तीव्र लगनवाले अपने इस प्यारे सत्शिष्य को देखकर सद्गुरुदेव का करुणापूर्ण हृदय छलक उठा। उनके हृदय से बरसते कृपा-अमृत ने साधक की तमाम साधनाओं को पूर्ण कर दिया। पूर्ण गुरु ने शिष्य को पूर्ण गुरु-तत्त्व में सुप्रतिष्ठित कर दिया। अब पूज्यश्री सोते-जागते, खाते-पीते ब्रह्मानंद में मस्त रहने लगे।

पूर्ण गुरु किरपा मिली, पूर्ण गुरु का ज्ञान ।
आसुमल से हो गये, साँईं आशाराम ॥

गुरुआज्ञा-पालन में जीवन-अर्पण

पूज्यश्री की इच्छा संसार से विरक्त रहने की थी लेकिन प्रारब्ध को यह मंजूर न था। पूज्यश्री ने गुरुदक्षिणा देनी चाही तो साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज ने इतना ही कहा था : ''अब जलकमलवत् रहकर संसार में भूले-भटके मनुष्यों को ईश्वर के मार्ग में लगाओ।''

इस गुरुआज्ञा के पालन में आज तक एक दिन भी नागा नहीं हुआ। पूज्यश्री ने अपना सम्पूर्ण जीवन मानवमात्र को सुखी, स्वस्थ एवं सम्मानित जीवन का गुरु-प्रसाद बाँटने के लिए समर्पित कर दिया और आज भी, शरीर की आयु ७५ वर्ष की होने पर भी वे इसी सेवा में पूर्ण रूप से लगे हैं। अपने गुरुदेव के विषय में पूज्य बापूजी कहते हैं : ''सद्गुरु की महिमा लाबयान है। गुरुओं की महिमा अनेकों ऋषि-मुनियों ने गायी, गा रहे हैं और गाते ही रहेंगे फिर भी उनकी महिमा का कोई अंत नहीं, कोई पार नहीं।''

पूज्य बापूजी के अनुसार एक ही परमात्मा साकार-निराकार, द्रष्टा-दृश्य, द्वैत-अद्वैत विभिन्न स्वरूपों में दिख रहा है इसीलिए ईश्वर के स्वरूप को लेकर तर्क-वितर्क, वाद-विवाद और खंडन-मंडन से परे समन्वय का मार्ग अपनाते हुए बापूजी ने कर्मयोग, भक्तियोग, कुंडलिनी योग, ज्ञान योग, गुरुभक्ति योग, नादानुसंधान योग आदि विभिन्न योगों को ईश्वरप्राप्ति के सहयोगी एवं पोषक बताया एवं अनुभव कराया है। यही कारण है कि हर स्वभाव, मान्यता एवं योग्यतावाला व्यक्ति पूज्य बापूजी के सत्संग-सान्निध्य से सहज में अपनी उन्नति का अनुभव करता है और आत्मसाक्षात्कार की परम उपलब्धि की ओर अग्रसर होता है, वेदांत का अद्वैत सार-सिद्धांत पाकर पूर्णता में प्रतिष्ठित होता है।

रोगनाशक तथा आरोग्य व पुष्टि दायक
आँवला रस

आँवला रस पित्त व वायु द्वारा होनेवाली ११२ बीमारियों को मार भगानेवाला सर्वश्रेष्ठ रसायन है । इससे शरीर में शीघ्र ही शक्ति, स्फूर्ति, शीतलता व ताजगी का संचार होता है । यह हड्डियों, दाँत व बालों की जड़ों को मजबूत बनाता है । रक्त व शुक्रधातु की वृद्धि करता है । इसके नियमित सेवन से नेत्रज्योति बढ़ती है तथा हृदय व मस्तिष्क को ताजगी, ठंडक व शक्ति मिलती है । यह वृद्धावस्था को दूर रख चिरयौवन व दीर्घायु प्रदान करता है । आँवला रस आँखों व पेशाब की जलन, अम्लपित्त, श्वेतप्रदर, रक्तप्रदर, बवासीर आदि पित्तजन्य अनेक विकारों को दूर करता है ।

विशेष प्रयोग : ✲ आँवले के रस में २ ग्राम अश्वगंधा चूर्ण व मिश्री मिला के लेने से शरीरपुष्टि, वीर्यवृद्धि एवं वंध्यत्व में लाभ होता है, संतानप्राप्ति की ऊर्जा बनती है ।

✲ २-४ ग्राम हल्दी मिला के लेने से स्वप्नदोष, मधुमेह व पेशाब में धातु जाना आदि में लाभ होता है । मिश्री के साथ लेने से स्त्रियों के अधिक मासिक व श्वेतप्रदर रोगों में लाभ होता है ।

✲ १०-१५ मि.ली. रस में उतना ही पानी मिला के मिश्री या शहद अथवा शक्कर का मिश्रण करके भोजन के बीच में लेनेवाला व्यक्ति कुछ ही सप्ताह में निरोगी काया व बलवृद्धि का एहसास करता है, ऐसा कइयों का अनुभव है । (वैद्य सम्मत)

मात्रा : १५-२० मि.ली. रस (आगे-पीछे २ घंटे तक दूध न लें । रविवार व शुक्रवार को न लें ।)

विशेष : आँवला रस की १ बोतल पर होमियो तुलसी गोलियों की १ शीशी बिल्कुल मुफ्त !

यह आँवला रस सभी संत श्री आशारामजी आश्रमों व समितियों के सेवाकेन्द्रों में उपलब्ध है ।

होमियो तुलसी गोलियाँ

नियमित सेवन के लाभ : स्मरणशक्ति व पाचनशक्ति वर्धक । हृदयरोग, दमा, टी.बी., हिचकी, खाँसी, खून की कमी, दंत रोग, त्वचासंबंधी रोग, सिरदर्द, प्रजनन व मूत्रवाही संस्थान के रोगों में लाभकारी । मधुमेह (डायबिटीज), यौन-दुर्बलता, नजला, मिर्गी, कृमि रोग एवं गले के रोगों में लाभदायी । हर आयुवर्ग के रोगी तथा निरोगी, सभीके लिए लाभदायी ।

इनके अलावा ये गोलियाँ अन्य अनेक बीमारियों में अत्यंत लाभदायी हैं । विस्तृत जानकारी, सेवन-विधि, सावधानी आदि के लिए इन गोलियों के साथ दिये गये जानकारी पर्चे को अवश्य पढ़ें ।

बुद्धिवर्धक पहेलियाँ

(१) वह कौन है ऐसा बड़ा, इस जग में वैद्य सुजान । महारोग मिट जात हैं, करने से उनकी औषधि पान ।।

(२) दानों में उत्तम दान, इसकी महिमा बड़ी महान । इसको पाकर के, मूरख भी बन जाता विद्वान ।।

(३) मैं न कभी आता, न करो मेरी आशा । मेरे भरोसे जो रहता, वह पाता सदा निराशा ।।

उत्तर : (१) सद्गुरु (२) विद्या दान (३) कल

देश के प्रधानमंत्रियों के उद्गार

भारत के पूर्व प्रधानमंत्री स्व. श्री गुलजारीलाल नंदा पूज्य बापूजी का दर्शन-सत्संग लाभ लेने के लिए पधारे थे । सत्संग पूरा होने के बाद कृतकृत्य हो उन्होंने कहा था : ''मुझे भी किन्हीं ब्रह्मज्ञानी श्री लीलाशाह बापू जैसों का संग मिला होता तो मैं भी संत श्री आशारामजी बापू जैसा बन गया होता । मैं आज धन्य हुआ कि ऐसे महान संत श्री आशारामजी के प्रत्यक्ष दर्शन-सत्संग का लाभ ले पाया । पूज्य स्वामीजी के दिव्य दर्शन एवं अनुभवसम्पन्न वाणी का मुझ पर काफी गहरा प्रभाव पड़ा है । ऐसे संतों की निगाहों से तन प्रभावित होता है और उनके वचनों से मन भी पवित्रता का मार्ग पकड़ लेता है ।''

भारत के पूर्व प्रधानमंत्री श्री चन्द्रशेखर भी पूज्य बापूजी के सत्संग में पधारे थे । सत्संग पूरा होने तक वे सहज, विनम्र भाव से पूज्यश्री की आत्मस्पर्शी अमृतवाणी का रसास्वादन करते रहे । किसीको पता ही नहीं चला कि लक्षाधिक जनमेदनी के बीच भारत के प्रधानमंत्री भी बैठे हुए हैं ! सत्संग पूरा होने पर उन्होंने पूज्यश्री का अभिनंदन करते हुए कहा : ''संतों की वाणी ने हर युग में नया संदेश दिया है, नयी प्रेरणा जगायी है । कलह, विग्रह और द्वेष से ग्रस्त वर्तमान वातावरण में बापू जिस तरह सत्य, करुणा और संवेदनशीलता के संदेश का प्रसार कर रहे हैं, उसके लिए

तत्कालीन प्रधानमंत्री श्री अटल बिहारी वाजपेयी भी बापूजी के सत्संग में आकर बैठे व दो घंटे वचनामृत-श्रवण में तल्लीन हुए थे । सत्संग पूरा होने के बाद आभार प्रकट करते हुए बोले : ''मैं यहाँ पर पूज्य बापूजी का अभिनंदन करने आया हूँ, उनके आशीर्वचन सुनने आया हूँ... पूज्य बापूजी सारे देश में भ्रमण करके जागरण का शंखनाद कर रहे हैं, संस्कार दे रहे हैं ।

बापूजी का प्रवचन सुनकर बड़ा बल मिला है । उनका आशीर्वाद हमें मिलता रहे, उनके आशीर्वाद से प्रेरणा पाकर बल प्राप्त करके हम कर्तव्य के पथ पर निरंतर चलते हुए परम वैभव (आत्मसाक्षात्कार) को प्राप्त करें, यही प्रभु से प्रार्थना है ।''

श्री नरेन्द्र मोदी (वर्तमान प्रधानमंत्री) बड़ौदा के सत्संग-समारोह में पधारे थे और उन्होंने कहा था : ''पूज्य बापूजी ! आप देश और दुनिया - सर्वत्र ऋषि-परम्परा की संस्कार-धरोहर को पहुँचाने के लिए अथक तपश्चर्या कर रहे हैं । अनेक युगों से चलते आये मानव-कल्याण के इस तपश्चर्या-यज्ञ में आप अपने पल-पल की आहुति देते रहे हैं । उसमें से जो संस्कार की दिव्य ज्योति प्रकट हुई है, उसके प्रकाश में मैं और जनता - सब चलते रहें । मैं संतों के आशीर्वाद से ही जी रहा हूँ । मैं यहाँ इसलिए आया हूँ कि लाइसेंस रिन्यू हो जाय । पूज्य बापूजी ने आशीर्वाद दिया और आप सबको वंदन करने का मौका दिया, इसलिए मैं बापूजी का ऋणी हूँ ।''

भारत के पूर्व प्रधानमंत्री श्री एच.डी. देवेगौड़ा भी पूज्य बापूजी के दर्शन करने पधारे थे । पूज्य बापूजी के दर्शन, सत्संग एवं सान्निध्य से वे ऐसे अभिभूत हुए कि उन्होंने पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में दंडवत् प्रणाम किया था ।

गुरुभक्ति की आदर्शस्वरूपिणी

अम्माजी

ब्रह्मलीन मातुश्री श्री माँ महँगीबाजी का

महानिर्वाण दिवस : १९ अक्टूबर

गुरोर्ध्यानेनैव नित्यं देही ब्रह्ममयो भवेत् ।

'सदा गुरुदेव का ध्यान करने से ही जीव ब्रह्ममय हो जाता है।'

माता देवहूति के बाद पुत्र में गुरुबुद्धि करके गुरुगीता के इस श्लोक की सत्यता का प्रमाण प्रस्तुत करनेवाली विश्व-इतिहास में यदि दूसरी कोई माता हैं तो वे हैं पूज्य बापूजी की मातुश्री और हमारी प्यारी-प्यारी अम्मा श्री माँ महँगीबाजी !

जिस प्रकार माँ यशोदा सदैव अपने कन्हैया के ही चिंतन में निमग्न रहती थीं, उसी प्रकार अम्माजी अपनी प्रबल गुरुभक्ति व गुरुनिष्ठा के प्रभाव से सदैव पूज्यश्री के ही ध्यान, स्मरण व चिंतन में निमग्न रहकर देह की सुध-बुध खो बैठती थीं।

अम्माजी की गुरु-दर्शन की अभिलाषा इतनी तीव्र रहती थी कि स्वास्थ्यबल न होने पर भी भक्तिबल की तीव्रता से वे पूज्यश्री के दर्शन के लिए अपने कमरे के दरवाजे पर घंटों प्यासे पपीहे की तरह इसी आस में बैठी रहती थीं कि कहीं से पूज्य बापूजी की एक झलक मिल जाय ! अम्माजी स्वयं गुरु-दर्शन के लिए सदैव आतुर तो रहती ही थीं, साथ ही गुरु-दर्शन का अमिट लाभ औरों को भी मिले इसलिए वे अन्य लोगों को भी बुला-बुलाकर बापूजी के दर्शन करा के आत्मतृप्ति का अनुभव करती थीं।

अम्माजी को सदा यही अभिलाषा रहती थी कि 'बापू हमेशा मेरे पास रहें।' इसलिए जब बापूजी उनके पास आते तो वे पूज्यश्री को देर तक अपने पास बिठाने की युक्तियाँ निकालती रहती थीं । एक बार जब अम्माजी हिम्मतनगर आश्रम (गुजरात) में रहती थीं और पूज्यश्री भी वहाँ पधारे हुए थे, तब बापूजी प्रातः-भ्रमण से लौटते समय प्रायः अम्मा से मिलकर ही अपनी कुटिया में जाते थे। दर्शन के लिए व्याकुल अम्मा जानती थीं कि बापूजी अब यहाँ से घूमने जानेवाले हैं तो वे पहले से ही कुर्सी तैयार रखवातीं और पूज्यश्री को वहाँ से गुजरते देख आवाज लगातीं : ''ओ दयालु प्रभु ! थोड़ी देर तो बैठो।''

पूज्य बापूजी अम्माजी की प्रेमाभक्ति की भावनाओं का खूब खयाल रखते थे। पूज्य बापूजी आकर उनके पास बैठ जाते।

एक बार बापूजी अम्मा के पास बैठे हुए थे। सेवक ने बापूजी को मकई का डोडा (भुट्टा) सेंककर दिया । बापूजी चबा-चबाकर बहुत देर तक खाते रहे। अम्मा को बहुत आनंद आया कि 'आज तो साँईं के बहुत देर तक दर्शन हुए।'

अगले दिन जब बापूजी अम्मा से मिलने आये तो अम्मा के मन में पुनः उत्कंठा जगी कि 'आज भी साँईं मेरे पास ज्यादा देर बैठें ।' मगर मकई तो थी नहीं और न ही सेविका साथ में थी कि उससे मँगवा सकें । बापूजी थोड़ी देर रुके फिर घूमने निकल गये । उनके जल्दी चले जाने से अम्मा को वेदना होने लगी । बापूजी टहल के वापस आयें उससे पहले अम्मा अस्वस्थ होने पर भी खुद उठीं और पास में लगे हुए झूले को पकड़कर उस पर पड़ी वस्तुओं को हटा-हटाकर कुछ खोजने लगीं । इतने में बापूजी आ गये और पूछा : ''जीजल अम्मा (मधुमयी मैया) ! क्या ढूँढ़ रही हो ?''

अम्मा : ''मकई ।''

''किसके लिए ?''

''आपके लिए ।''

''क्यों ?''

''ताकि आप मेरे पास बैठकर खायें और मुझे आपके दर्शन होते रहें ।'' बापूजी अम्माजी की दर्शन-सान्निध्य की उत्कंठा को समझ गये और हँसते हुए उनके पास बैठ गये ।

बापूजी ने आसपास खड़े सेवकों से हँसकर कहा : ''पास बिठाकर रखने की अम्मा को अच्छी युक्तियाँ आती हैं ।''

पूज्य बापूजी हँसते-हँसाते अम्माजी के साथ आत्मा-परमात्मा की एकता व तत्त्वज्ञान की बातें करते । अम्माजी अपनी दृढ़ श्रद्धा के सहारे उन बातों को आत्मसात् करने में सफल हो गयीं ।

प्रणाम है उन जननी को जिन्होंने पुत्र-मोह के दायरे में न फँसकर श्रद्धा की, प्रेमाभक्ति की ऐसी ज्योति जलायी, जो श्रद्धेय (गुरुदेव) को भी आनंदित कर देती थी !

पूज्य बापूजी जब सत्संग हेतु कहीं बाहर रहते तो कभी-कभी अम्मा को उनका विरह इतना असह्य हो उठता, अम्मा के गुरु-दर्शन के भाव इतनी पराकाष्ठा पर पहुँच जाते कि वे पूज्यश्री के विरह में घंटों शांत, चुप अवस्था में निमग्न रहती थीं ।

पूज्य बापूजी को जब यह बात अम्माजी की सेविका ने बतायी तो पूज्यश्री ने कहा : ''यह नहीं समझना कि अम्मा मूर्च्छित होती हैं, वे तो भाव-समाधि से मेरे पास पहुँच जाती हैं ।'' ऐसी थी अम्मा की गुरुप्रीति, जिसने उन्हें आगे चलकर पूज्यश्री की पूर्ण कृपा का अधिकारी बनाया और परब्रह्म-परमात्मा से एकाकार कर दिया ।

अम्माजी के जीवन के ऐसे कई प्रसंग हैं जिनको सुनने-सुनाने व मनन करने मात्र से हृदय में गुरुभक्ति, गुरुप्रीति की लहरें तरंगित होने लगती हैं । गुरुभक्ति का महान आदर्श प्रस्तुत करनेवाली साक्षात् भक्तिस्वरूपा, प्रेमस्वरूपा माँ के चरणों में अनंत-अनंत प्रणाम !

बापूजी भारतीय संस्कृति के नायक हैं

– श्री कृष्ण मुरारीजी, आजमगढ़ (उ.प्र.)

पूज्य बापूजी से जुड़े हमें २० साल हो गये । बापूजी भारतीय संस्कृति के नायक हैं । जब हमने सुना कि षड्यंत्र करके बापूजी को जेल ले गये तो उसी दिन हममें यह भावना जागृत हुई कि बापूजी ने हमारे अंदर आत्मज्ञान, आत्मबल, बुद्धिबल और विवेक भरा, क्या उनके लिए हम थोड़ा भी त्याग नहीं कर सकते ? हम बापूजी को जेल ले जाने के दूसरे दिन ही जंतर-मंतर (दिल्ली) आ गये । तब से यहाँ बैठकर हम हवन, जप, कीर्तन और श्री आशारामायण का पाठ करते हैं । जब तक बापूजी नहीं आयेंगे, तब तक हम यहीं बैठे रहेंगे ।

महापुण्यप्रदायक कार्तिक मास

(कार्तिक व्रत : ८ अक्टूबर से ६ नवम्बर)

- पूज्य बापूजी

'स्कंद पुराण' में आया है :

...न कार्तिकसमो मासो न कृतेन समं युगम् ॥
न वेदसदृशं शास्त्रं न तीर्थं गंगया समम् ।...

'कार्तिक मास के समान कोई मास नहीं, सत्ययुग के समान कोई युग नहीं, वेदों के समान कोई शास्त्र नहीं और गंगाजी के समान कोई तीर्थ नहीं है ।' **(वैष्णव खंड, का. मा. : १.३६-३७)**

कार्तिक मास में पालनीय नियम

इसमें दीपदान का महत्त्व है । तुलसी-वन अथवा तुलसी के पौधे लगाना हितकारी है । तुलसी के पौधे को सुबह आधा-एक गिलास पानी देना सवा मासा (लगभग सवा ग्राम) स्वर्णदान करने का फल देता है । भूमि पर शयन अथवा तो गद्दा हटाकर कड़क तख्ते पर

सादा कम्बल बिछाकर शयन, ब्रह्मचर्य का पालन - ये कार्तिक मास में करणीय नियम बताये गये हैं, जिससे जीवात्मा का उद्धार होता है ।

इस मास में उड़द, मसूर आदि भारी चीजों का त्याग करना चाहिए । तिल-दान करना चाहिए । नदी में स्नान करना हितकारी है लेकिन अब नदियाँ पहले जैसी नहीं रहीं, जिस समय शास्त्रों में यह बात आयी थी । अभी तो यमुनाजी में दिल्ली की कई गटरों का पानी डाल देते हैं, आचमन लेने का जी नहीं करता, नहाने को मन स्वीकार नहीं करता तो मानसिक नदी-स्नान करके अपने शुद्ध जल से स्नान करो ।

कार्तिक मास में साधु-संतों का सत्संग, उनके

जीवन-चरित्र और उनके मार्गदर्शन का अनुसरण करना चाहिए। मोक्षप्राप्ति का इरादा बना लेना चाहिए । कार्तिक मास में आँवले के वृक्ष की छाया में भोजन करने से एक वर्ष तक के अन्न-संसर्गजनित दोष (जूठा या अशुद्ध भोजन करने से लगनेवाले दोष) नष्ट हो जाते हैं । आँवले का उबटन लगाकर स्नान करने से लक्ष्मीप्राप्ति होती है और अधिक प्रसन्नता मिलती है । शुक्रवार और रविवार को आँवले का उपयोग नहीं करना चाहिए । सप्तधान्य उबटन से सात्त्विकता, प्रसन्नता, निरोगता बढ़ती है । कार्तिक मास में संसार-व्यवहार (काम-विकारवाला) न करें।

पूरे कार्तिक मास में प्रातःकाल का स्नान पाप-शमन करनेवाला तथा आरोग्य व प्रभुप्रीति को बढ़ानेवाला है और इससे सुख-दुःख, अनुकूलता-प्रतिकूलता में सम रहने के सद्गुण विकसित होते हैं। आँवले के फल व तुलसी-दल मिश्रित जल से स्नान करें तो गंगास्नान के समान पुण्यलाभ होता है । भगवान नारायण देवउठी (प्रबोधिनी) एकादशी को अपनी योगनिद्रा से उठेंगे, उस दिन कपूर से आरती करनेवाले को अकाल मृत्यु से सुरक्षित होने का अवसर मिलता है। (इस दिन गुरु का पूजन करने से भगवान प्रसन्न होते हैं।

– पद्म पुराण)

कार्तिक मास के अंतिम तीन दिन

कार्तिक मास की त्रयोदशी से पूनम तक के अंतिम तीन दिन पुण्यमयी तिथियाँ मानी जाती हैं । इनका बड़ा विशेष प्रभाव माना गया है। अगर कोई कार्तिक मास के सभी दिन स्नान नहीं कर पाये तो उसे अंतिम तीन दिन सुबह सूर्योदय से तनिक पहले स्नान कर लेने से सम्पूर्ण कार्तिक मास के प्रातःस्नान के पुण्यों की प्राप्ति कही गयी है।

जैसे कहीं अनजाने में जूठा खा लिया है तो उस दोष को निवृत्त करने के लिए बाद में आँवला, बेर या गन्ना चबाया जाता है। इससे उस दोष से आदमी मुक्त होता है, बुद्धि स्वस्थ हो जाती है। जूठा खाने से बुद्धि मारी जाती है। जूठे हाथ सिर पर रखने से बुद्धि मारी जाती है, कमजोर होती है । इसी प्रकार दोषों के शमन और भगवद्भक्ति की प्राप्ति के लिए कार्तिक के अंतिम तीन दिन प्रातःस्नान, 'श्रीविष्णुसहस्रनाम' और 'गीता' का पाठ विशेष लाभकारी है। आप इनका फायदा उठाना।

***

'पद्म पुराण' में आता है : कार्तिक मास में पलाश के पत्ते पर भोजन करने से मनुष्य कभी नरक नहीं देखता।

'स्कंद पुराण' में कार्तिक मास की महिमा बताते हुए ब्रह्माजी कहते हैं : ''नारद ! गुरु के वचन का कभी उल्लंघन नहीं करना चाहिए। यदि अपने ऊपर दुःख आदि आ पड़ें तो गुरु की शरण में जाय । गुरु की प्रसन्नता से मनुष्य सब कुछ प्राप्त कर लेता है । परम बुद्धिमान कपिल और महातपस्वी सुमति भी अपने गुरु गौतम ऋषि की सेवा से अमरत्व को प्राप्त हुए हैं। इसलिए **कार्तिक मास में सब प्रकार से प्रयत्न करके गुरु की सेवा करे। ऐसा करने से उसे मोक्ष की प्राप्ति होती है।''**

कार्तिक व्रत करनेवाले को देखकर यमदूत इस प्रकार पलायन कर जाते हैं जैसे सिंह को देखकर हाथी।

शरद पूनम की रात दिलाये आत्मशांति, स्वास्थ्यलाभ

(शरद पूर्णिमा : ७ अक्टूबर)

आश्विन पूर्णिमा को 'शरद पूर्णिमा' बोलते हैं। इस दिन रास-उत्सव और कोजागर व्रत किया जाता है। प्रेमभाव में रमण करनेवाली गोपियों को शरद पूर्णिमा की रात्रि में भगवान श्रीकृष्ण ने बंसी बजाकर अपने पास बुलाया और ईश्वरीय अमृत का पान कराया था। अतः शरद पूर्णिमा की रात्रि का विशेष महत्त्व है। इस रात को चन्द्रमा अपनी पूर्ण कलाओं के साथ पृथ्वी पर शीतलता, पोषक शक्ति एवं शांतिरूपी अमृतवर्षा करता है।

शरद पूनम की रात को क्या करें, क्या न करें ?

✽ दशहरे से शरद पूनम तक चन्द्रमा की चाँदनी में विशेष हितकारी रस, हितकारी किरणें होती हैं। इन दिनों चन्द्रमा की चाँदनी का लाभ उठाना, जिससे वर्षभर आप स्वस्थ और प्रसन्न रहें। **नेत्रज्योति बढ़ाने के लिए दशहरे से शरद पूर्णिमा तक प्रतिदिन रात्रि में १५ से २० मिनट तक चन्द्रमा के ऊपर त्राटक करें।**

✽ अश्विनी कुमार देवताओं के वैद्य हैं। जो भी इन्द्रियाँ शिथिल हो गयी हों, उनको पुष्ट करने के लिए चन्द्रमा की चाँदनी में खीर रखना और भगवान को भोग लगाकर अश्विनी कुमारों से प्रार्थना करना कि 'हमारी इन्द्रियों का बल-ओज बढ़ायें।' फिर वह खीर खा लेना।

✽ इस रात सूई में धागा पिरोने का अभ्यास करने से नेत्रज्योति बढ़ती है।

✽ शरद पूनम दमे की बीमारीवालों के लिए वरदान का दिन है। अपने सभी आश्रमों में निःशुल्क औषधि मिलती है, वह चन्द्रमा की चाँदनी में रखी हुई खीर में मिलाकर खा लेना और रात को सोना नहीं। दमे का दम निकल जायेगा।

✽ चन्द्रमा की चाँदनी गर्भवती महिला की नाभि पर पड़े तो गर्भ पुष्ट होता है। शरद पूनम की चाँदनी का अपना महत्त्व है लेकिन बारहों महीने चन्द्रमा की चाँदनी गर्भ को और औषधियों को पुष्ट करती है।

✽ अमावस्या और पूर्णिमा को चन्द्रमा के विशेष प्रभाव से समुद्र में ज्वार-भाटा आता है। जब चन्द्रमा इतने बड़े दिगम्बर समुद्र में उथल-पुथल कर विशेष कम्पायमान कर देता है तो हमारे शरीर में जो जलीय अंश है, सप्तधातुएँ हैं, सप्त रंग हैं, उन पर भी चन्द्रमा का प्रभाव पड़ता है। **इन दिनों में अगर काम-विकार भोगा तो विकलांग संतान अथवा जानलेवा बीमारी हो जाती है और यदि उपवास, व्रत तथा सत्संग किया तो तन तंदुरुस्त, मन प्रसन्न और**

बुद्धि में बुद्धिदाता का प्रकाश आता है ।

खीर को बनायें अमृतमय प्रसाद

खीर को रसराज कहते हैं। सीताजी को अशोक वाटिका में रखा गया था। रावण के घर का क्या खायेंगी सीताजी ! तो इन्द्रदेव उन्हें खीर भेजते थे।

खीर बनाते समय घर में चाँदी का गिलास आदि जो बर्तन हो, आजकल जो मेटल (धातु) का बनाकर चाँदी के नाम से देते हैं वह नहीं, असली चाँदी के बर्तन अथवा असली सोना धो-धा के खीर में डाल दो तो उसमें रजतक्षार या सुवर्णक्षार आयेंगे। लोहे की कड़ाही अथवा पतीली में खीर बनाओ तो लौह तत्त्व भी उसमें आ जायेगा। इलायची, खजूर या छुहारा डाल सकते हो लेकिन बादाम, काजू, पिस्ता, चारोली ये रात को पचने में भारी पड़ेंगे । रात्रि ८ बजे महीन कपड़े से ढँककर चन्द्रमा की चाँदनी में रखी हुई खीर ११ बजे के आसपास भगवान को भोग लगा के प्रसादरूप में खा लेनी चाहिए। लेकिन देर रात को खाते हैं इसलिए थोड़ी कम खाना और खाने से पहले एकाध चम्मच मेरे हवाले भी कर देना। मुँह अपना खोलना और भाव करना : 'लो महाराज ! आप भी लगाओ भोग।' और थोड़ी बच जाय तो फ्रिज में रख देना। सुबह गर्म करके खा सकते हो।

(खीर दूध, चावल, मिश्री, चाँदी, चन्द्रमा की चाँदनी - इन पंचश्वेतों से युक्त होती है, अतः सुबह बासी नहीं मानी जाती।)

शरद पूनम का आत्मकल्याणकारी संदेश

रासलीला इन्द्रियों और मन में विचरण करनेवालों के लिए अत्यंत उपयोगी है लेकिन राग, ताल, भजन का फल है भगवान में विश्रांति । रासलीला के बाद गोपियों को भी भगवान ने विश्रांति में पहुँचाया था। श्रीकृष्ण भी इसी विश्रांति में तृप्त रहने की कला जानते थे। संतुष्टि और तृप्ति सभीकी माँग है। चन्द्रमा की चाँदनी में खीर पड़ी-पड़ी पुष्ट हो और आप परमात्म-चाँदनी में विश्रांति पाओ।

चन्द्रमा के दर्शन करते जाना और भावना करना कि 'चन्द्रमा के रूप में साक्षात् परब्रह्म-परमात्मा की रसमय, पुष्टिदायक रश्मियाँ आ रही हैं। हम उसमें विश्रांति पा रहे हैं । पावन हो रहा है मन, पुष्ट हो रहा है तन, ॐ शांति... ॐ आनंद...' पहले होंठों से, फिर हृदय से जप और शांति... निःसंकल्प नारायण में विश्रांति पाते जाना । परमात्म-विश्रांति, परमात्म-ज्ञान के बिना भौतिक सुख-सुविधाएँ कितनी भी मिल जायें लेकिन जीवात्मा की प्यास नहीं बुझेगी, तपन नहीं मिटेगी।

देखें बिनु रघुनाथ पद जिय कै जरनि न जाइ ।

(रामायण)

श्रीकृष्ण गोपियों से कहते हैं कि ''तुम प्रेम करते-करते बाहर-ही-बाहर रुक न जाओ बल्कि भीतरी विश्रांति द्वारा मुझ अपने अंतरात्मा प्रेमास्पद को भी मिलो, जहाँ तुम्हारी और हमारी दूरी खत्म हो जाती है। मैं ईश्वर नहीं, तुम जीव नहीं, हम सब ब्रह्म हैं - वह अवस्था आ जाय।'' श्रीकृष्ण जो कहते हैं, उसको कुछ अंश में समझकर हम स्वीकार कर लें, बस हो गया।

स्मृति किसकी होती है ?

- पूज्य बापूजी

(महात्मा गांधी जयंती : २ अक्टूबर)

गांधीजी को किसीने खत लिखा कि 'बापूजी ! अब आप यह दौड़-धूप छोड़ दो, सत्याग्रह छोड़ दो। बुढ़ापा आ गया है, अंतकाल नजदीक है। यह संसार तो कुत्ते की पूँछ है, ऐसे ही चलता रहेगा। रामजी आये, कृष्णजी आये, सुधार किया लेकिन फिर भी कुत्ते की पूँछ ऐसी-की-ऐसी ! अब आप सब काम छोड़ के भगवान की शरण में जाकर अपना जीवन धन्य कर लो।'

गांधीजी बोले : ''मेरा अपना कोई काम ही नहीं है। मैं मेरे राम का ही काम करता हूँ। लोग अंग्रेजों के रीति-रिवाज के प्रभाव से दबे हुए हैं। अपने अंतरात्मा राम का सुमिरन और आनंद भूल गये हैं। कमाना-खाना, खाना-कमाना यह यंत्र की नाईं जीवन गँवाना है। राम तो मेरा प्राणाधार है, प्राणों से भी अधिक प्यारा है। मैं भोजन, पानी, वस्त्र और मकान के बिना रह सकता हूँ लेकिन मेरे राम के बिना मैं नहीं रह सकता। मेरे रोम-रोम में उस राम के सुमिरन की कृपा है।''

'राम' माने जो अंतरात्मा-परमात्मा रोम-रोम में बस रहे हैं। जो चेतनस्वरूप हैं, ज्ञानस्वरूप हैं, उन परमेश्वर का नाम ही राम है।

दुनिया जानती है कि गांधीजी जा रहे थे और एकाएक गोली लगी। हृदय से निकला : 'हे राम ! हे राम !! हे राम !!!' और प्राण निकल गये। जीवन में जिसका महत्त्व था, कष्ट के समय भी उसीकी स्मृति आ गयी। अंतकाल में वही याद आता है जिसको जीवन में महत्त्व दिया है। सफलता-विफलता के समय वही (परमात्मा) याद रह जाय। कब, कहाँ पर अंत आये उसका कोई पता नहीं है। जो काम करना है वह पहले कर लो। काम यह करना है कि भगवान की स्मृति हो जाय, भगवान का ज्ञान हो जाय। भगवान का स्वभाव जान लो।

उमा राम सुभाउ जेहिं जाना ।
ताहि भजनु तजि भाव न आना ॥

(श्री रामचरित. सुं.कां. : ३३.२)

भगवान का स्वभाव जो एक बार जान ले वह उनका भजन किये बिना रह नहीं सकता। भगवान का स्वभाव अकारण करुणा करना है। भगवान प्राणिमात्र के सुहृद हैं। जब भी हम उनका सुमिरन करते हैं तब वे हमारे दोषों को नहीं देखते, हमने उनकी बस स्मृति की और वे हमें स्वीकार कर लेते हैं क्योंकि वे जानते हैं कि 'जीव मेरा ही है। विषय-विकारों के कारण, नादानी के कारण भूला है लेकिन अभी तो पुकार रहा है न !'

आप सब कामकाज करते हुए भी गांधीजी की नाईं अपने चित्त को भगवान में लगा सकते हैं। महत्त्व दोगे तो आसानी हो जायेगी। एक बार भगवान के स्वरूप का ज्ञान पा लो, भगवान में शांति पा लो, भगवान की स्मृति का माधुर्य पा लो बस !

आप किसीके मेहमान हो गये। आपने हीरे की अँगूठी पहनी है, जिसमें ५-७ लाख का हीरा है और उसे स्नानागार में भूल गये। बाजार में याद आया कि 'अरे यार ! हम आपके यहाँ स्नान कर रहे थे, वहाँ अँगूठी उतारकर रखी थी... अब क्या करें ? चलो, जल्दी करो।' खरीदी कर रहे हैं, इससे मिले - उससे मिले लेकिन बार-बार वह अँगूठी याद आती है कि कहीं इधर-उधर न हो जाय। अब एक पत्थर के टुकड़े को महत्त्व दिया तो अपने-आप याद आता है तो हीरों का हीरा जो परमात्मा है, उसको महत्त्व दोगे तो अपने-आप उसकी स्मृति रहेगी। जीवनभर जिसकी महत्त्वपूर्ण स्मृति होती है, अंत में भी उसकी स्मृति होती है।

सुखमय गृहस्थ-जीवन के अनमोल सूत्र

देवर्षि नारदजी भगवान का सुमिरन करते हुए कहते हैं : ''युधिष्ठिर ! गृहस्थ-जीवन में मनुष्य को उस परमेश्वर का, निर्दुःख नारायण का महाप्रसाद, महा-अमृत पाना हो तो सनातन धर्म के कुछ नियमों को आचरण में लाये। ऐसा करने पर साधारण व्यक्ति, गृहस्थ में जीनेवाला व्यक्ति भी उस परम सुख को, उस सत्य-स्वभाव ईश्वर को पा सकता है।

एक तो अपने वचन में झूठ-कपट का त्याग कर दे, सत्य वचन बोले। दूसरा, अपने स्वभाव में दया का प्रवेश कराये। दया सभी धर्मों का मूल है राजन् !''

दया धर्म का मूल है, पाप मूल अभिमान।
तुलसी दया न छाड़िये, जब लग घट में प्राण ॥

चलते-फिरते देखो, जीव-जंतु, कीड़े-मकोड़े अथवा कोई भी प्राणी आपसे कष्टवान न हो। आपकी वाणी किसीको चुभनेवाली न हो। आपका व्यवहार... आप चलते हो तो धरती पछाड़ते हुए न चलिये, कोमलता से चलिये। बोलिये तो तीखी वाणी न बोलिये। कोई चीज लीजिये, दीजिये, रखिये तो सहजता से।

कई माइयों की, रसोइयों की आदत होती है कि बर्तन पटकते रहते हैं। क्यों उस ब्रह्म का अपमान करते हो ! बर्तनों में और चीज-वस्तुओं में भी ब्रह्म-परमात्मा की सत्ता है, फेंका-फेंकी, पटका-पटकी न करो। क्रोध आदि पर नियंत्रण पाओ।

''तीसरा है तप अर्थात् अपना कर्तव्य और धर्म का पालन कठिनता से भी करके जीना।''

वाणी का तप होता है, शरीर का तप होता है, मन का तप होता है - अपने जीवन में तप हो।

''चौथी बात है कायिक, वाचिक व मानसिक शुद्धि (शौच)।''

शरीर से स्नान आदि करके शुद्ध रहना, वाणी से जप करके शुद्ध होना, मन से भगवान की स्मृति करते हुए शुद्ध रहना।

''पाँचवाँ है अपने जीवन में सहिष्णुता का गुण विकसित करना।''

इससे परमात्मा का प्रकाश होने में सुविधा होगी, परमात्मा का समत्व-ज्ञान प्रकट होने में सुविधा होगी। सहिष्णुता लाओ, जरा-जरा-सी बात में घबरा न जाओ, जरा-जरा-सी बात में विह्वल न हो जाओ, जरा-जरा-सी बात में आपे से बाहर न हो जाओ। धीरज सबका मित्र है।

बहुत गयी थोड़ी रही, व्याकुल मन मत हो।
धीरज सबका मित्र है, करी कमाई मत खो ॥

सासु ने दो वचन कह दिये... बहूरानी बिटिया ! थोड़ा धीरज रख, जेठानी ने कह दिया तो देवरानी थोड़ा धीरज रख, ननद ने कह दिया तो भाभी थोड़ा धीरज रख, पड़ोसी ने कह दिया तो लाली थोड़ा धीरज रख। उसने कुछ बोल दिया और तुमने सवाया बोल दिया, फिर उसने और टेढ़ा बोल दिया... अशांति होगी, नुकसान होगा मानवता का। धीरज सबका मित्र है, करी कमाई मत खो। लेकिन 'क्या करूँ ? वह रोज-रोज बोलती है।' तो रोज जब-जब बोले, जीभ तालू में लगा दे, वह बोलते-बोलते थक जायेगी और देर-सवेर तुम्हारे लिए मधुमय हो जायेगी, बिल्कुल (शेष पृष्ठ २० पर)

(पृष्ठ १७ से 'सुखमय गृहस्थ-जीवन के...' का शेष) पक्की बात है। कोई अकारण डाँटती है तो तू जीभ तालू में लगाकर शांत रह। इससे तेरी शक्ति तो बढ़ती जायेगी और उसकी शक्ति क्षीण हो जायेगी। तू उसकी शक्ति क्षीण करने के बहाने नहीं, उसके मंगल के बहाने कर तो उसका मन परिवर्तित हो जायेगा।

व्यक्ति वास्तव में बुरा नहीं होता। झगड़ाखोरी तो उसका आगंतुक विकार है, काम भी आगंतुक विकार है, क्रोध भी आगंतुक विकार है, दगा और बेईमानी भी आगंतुक विकार हैं, मूलरूप में तो वह व्यक्ति अमृतमय आत्मा है। (क्रमशः)

पूज्य बापूजी व मित्रसंत

त्याग व संयम की मूर्ति पूज्य बापूजी का जीवन प्रारम्भ से ही इतना सादा, पवित्र, निर्मल और ईश्वरपरायण रहा है कि देखनेवालों का हृदय उनके प्रति सम्मान से झुके बिना नहीं रह सकता । बापूजी के साधनाकाल व उनके ४० दिवसीय अनुष्ठान के प्रत्यक्षदर्शी रहे संत श्री लालजी महाराज, मोटी कोरल (जि. बड़ौदा) में हुई घटना के बारे में बताते हुए कहते हैं :

संत श्री लालजी महाराज और पूज्य बापूजी

मित्र को पत्र

श्री आसुमलजी (बापूजी का बचपन का नाम) ने मोटी कोरल से अहमदाबाद अपने मित्र हरगोविंद पंजाबी को पत्र लिखा था : 'मेरी माँ का स्वास्थ्य ठीक न हो तो मुझे समाचार देना परंतु ध्यान रहे कि ईश्वरप्राप्ति के मेरे लक्ष्य में कोई अड़चन न आये। इसलिए परिवारवालों को मेरी जानकारी न देना।'

कुछ दिनों बाद आसुमलजी के नाम हरगोविंद पंजाबी का पत्र आया कि 'सावन मास में सोमवती अमावस्या आ रही है, यदि आप अनुमति दें तो मैं नर्मदा-स्नान करने आऊँ।' श्री आसुमलजी ने मुझे ये सारी बातें बतायीं तो मैंने उनकी बात में समर्थन दे दिया। आसुमलजी ने उन्हें आने की अनुमति दे दी।

कुछ दिनों बाद पंजाबी का आसुमलजी को एक तार आया, जो संयोगवश मेरे हाथ में आया। उसमें लिखा था : 'आपकी माँ जिद कर रही हैं, उन्हें भी नर्मदा-स्नान के लिए आना है। यदि आप हाँ कहें तो उन्हें अपने साथ लेकर आऊँ।'

तार पढ़कर मैंने (लालजी महाराज ने) श्री आसुमलजी से बात की तो उन्होंने बताया : ''महाराज ! मैं माँ की सेवा के लिए सदैव तत्पर रहता हूँ। परंतु मेरा लक्ष्य ईश्वरप्राप्ति का है। यदि मैंने उन्हें यहाँ बुलाया तो मेरे बड़े भाई को पता चल जायेगा। वे व्यापारी बुद्धि के हैं और मुझे भी उसीमें घसीटना चाहते हैं। वे मुझे जबरदस्ती घर ले जायेंगे, साधना में आगे नहीं बढ़ने देंगे।''

मैंने कहा : ''यदि ऐसी बात है तो भले आप माँ से नहीं मिलना। हम नहीं बतायेंगे कि आप यहाँ हैं परंतु माँ को नर्मदा-स्नान की इच्छा है तो उन्हें आने दें। वे २-३ दिन रहकर चली जायेंगी।'' इस पर श्री आसुमलजी ने स्वीकृति दे दी।

बाद में श्री आसुमलजी और पंजाबी की बातचीत से पूरी घटना जानने को मिली थी कि पंजाबी यहाँ आने से पहले माँ महँगीबा (पूज्य अम्मा) का स्वास्थ्य जानने के लिए श्री आसुमलजी के घर गये थे। हालचाल पूछने के बाद उनके मुँह से सहसा निकल गया : ''मैं नर्मदा-स्नान करने मोटी कोरल जानेवाला हूँ।''

इतना सुनकर अम्मा बात समझ गयीं कि 'हो - न हो मेरा आसु वहीं होगा।' परंतु उन्होंने आसुमलजी से मिलने का भाव व्यक्त होने नहीं दिया और पंजाबी से कहा : ''बेटा ! मेरी भी इच्छा है कि मैं नर्मदा-स्नान के लिए साथ चलूँ।''

पंजाबी ने टालमटोल की लेकिन माँ का नर्मदा-स्नान का आग्रह बना रहा।

पूज्य अम्माजी का आगमन

अमावस्या के २-३ दिन पहले अहमदाबाद से आसुमलजी की माताजी माँ महँगीबा मोटी कोरल आयीं। उस समय मैं (लालजी महाराज) मेरी कुटिया के सामने चबूतरे पर खड़ा था। मेरे पास आकर वे रोते हुए बोलीं : ''मेरा आसु आपके पास है। मुझे उससे मुलाकात करा दीजिये, मैं तभी जल पीऊँगी।''

मेरा हृदय माँ के रुदन के सामने पिघल गया और मैं अम्मा व उनके साथ आयीं श्री लक्ष्मीदेवी को दत्त-कुटीर में ले गया। वहाँ श्री आसुमलजी को देखकर पहले तो उनकी मातुश्री बहुत ही रोने लगीं, फिर लक्ष्मीदेवी की ओर संकेत करते हुए बोलीं : ''मेरा नहीं तो इसका तो विचार करो। इसका दुःख मुझसे देखा नहीं जाता।''

मुझे समझने में देर नहीं लगी कि श्री आसुमलजी का तो विवाह हो गया है। मैं (लालजी महाराज) चौंका और आश्चर्य से लक्ष्मीदेवी की ओर देखकर मैंने मन-ही-मन विचार किया कि 'बड़े-बड़े योगी, तपस्वी व ज्ञानी-ध्यानी जिससे आकर्षित होकर वर्षों की अपनी संचित संयम-साधना को ताक पर रख देते हैं, वही धर्मयुक्त, सहज-प्राप्त, रूपवती, सुशील, पतिपरायणा नारीरत्न को छोड़ के गुड़ और चना खाकर श्री आसुमलजी ईश्वरप्राप्ति के लिए तड़प रहे हैं ! जमीन पर टाट बिछाकर शयन कर रहे हैं ! धन्य हैं आसुमल ! धन्य है आपका त्याग, धन्य है आपका वैराग्य ! आप निश्चय ही सफल होंगे। आपको ईश्वरप्राप्ति नहीं होगी तो किसको होगी !'

अम्मा श्री आसुमलजी को समझा-बुझाकर अहमदाबाद वापस ले जाना चाहती थीं। उनके व लक्ष्मीदेवी के नेत्रों से बहती हुई गंगा-जमुना का करुणाजनक दृश्य देखकर ऐसा कौन पाषाणहृदय मनुष्य होगा कि जिसका हृदय न पसीज उठे ! सभी लोग उनके पक्ष में थे। परंतु केवल श्री आसुमलजी ही अपने पवित्र निश्चय पर अडिग, शांत व गम्भीर मुद्रा में बैठे थे। आखिर मैंने द्रवित हृदय से श्री आसुमलजी को घर वापस न जाने की हठ छोड़ देने के लिए कहा।

तब आसुमलजी (बापूजी) ने दृढ़ता से कहा : ''महाराज ! तुम्हारा-हमारा नाता भगवान के कारण है। यदि आप हमें भगवान के रास्ते से हटाकर मोह के रास्ते भेजते हो तो आपका-मेरा कोई संबंध नहीं है।''

मैंने कहा : ''सच में, आपमें बड़ा त्याग है !''

आसुमलजी बोले : ''त्याग मुझमें नहीं है। त्याग तो मेरे भाई में है कि परमात्मा को छोड़कर जीवन दाँव पर डाल रहा है। उसमें बड़ा त्याग है। मैं तो भगवान को चाहता हूँ, मुझे इसमें बड़ा राग है। भाई मेरा त्यागी है, मैं रागी हूँ।''

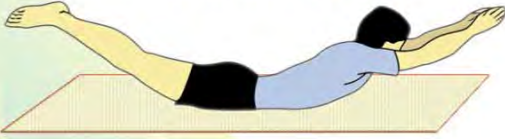
यह सुनकर मैं अत्यधिक गद्गद हो गया। आखिर आसुमलजी का ४० दिन का अनुष्ठान पूरा हुआ। श्री आसुमलजी यहाँ ज्येष्ठ, आषाढ़, श्रावण - कुल तीन मास रहे।

उसके बाद मोटी कोरल से उन्हें भावभीनी विदाई देने बहुत स्नेह से मैं तथा पूरा गाँव रेलवे स्टेशन तक छोड़ने गया। उस समय गाँव के लोग भाव में आकर खूब रो रहे थे।

वज्रेश्वरी में आत्मसाक्षात्कार

वे मोटी कोरल से छोटी गाड़ी में मियाँगाँव-करजण स्टेशन तक पहुँचे। वहाँ से श्री आसुमलजी अपनी अम्मा आदि के साथ अहमदाबाद जानेवाली गाड़ी में बैठे। परंतु गाड़ी चलते ही श्री आसुमलजी उतर गये और दौड़कर सामने खड़ी मुंबई की ओर जानेवाली गाड़ी में बैठ गये। अम्मा ने बहुत आवाज लगायी पर अब क्या ! गाड़ी चल चुकी थी।

इस प्रसंग का वर्णन करते हुए स्वयं बापूजी बताते हैं : ''गुरुजी (साँईं श्री लीलाशाहजी) वज्रेश्वरी में किसी शांत जगह में ठहरे थे। हमने वहाँ का पता पा लिया था। हमने अपने मित्र पंजाबी को कहा कि तीन टिकट अहमदाबाद की लाना आप लोगों के लिए और मेरी एक टिकट लाना वज्रेश्वरी के लिए। माँ को जरा ढाढ़स दिलाने के लिए दिखा देना कि चार टिकट लाये हैं। फिर गाड़ी में मित्र के साथ बिठा दिया माँ को और उनकी बहू को। फिर हम चालू गाड़ी से दौड़कर मुंबई जानेवाली गाड़ी में बैठ गये। तब माँ चीखी, उनकी बहू चीखी, लोग चीखे लेकिन हमें तो जाना था अपने असली घर... । हजारों जन्मों में कई माताएँ मिलीं, पत्नियाँ मिलीं लेकिन अब जब सद्गुरु मिल रहे हैं तो मैं दाँव क्यों छोड़ूँ ? सद्गुरुदेव के पास जाने की अंतःकरण की प्यास को मैं कैसे बुझाता उनके सिवा ? गाड़ी चली, सुबह पहुँच गये वज्रेश्वरी, लीलाशाह बापूजी घूमने निकले थे। मुझे देखकर बोले : 'आ गये बेटे ! घर नहीं रहे ?' मेरी वाणी तो मौन रही परंतु आँखों ने सब कुछ कह दिया। उसके बाद उन्होंने जो कृपा बरसायी, वह सब वाणी में लाने की चीज नहीं है।'' (क्रमशः)

नौकासन

इस आसन में शरीर का आकार नौका अर्थात् नाव के समान हो जाता है, इसलिए इसका नाम 'नौकासन' रखा गया है।

लाभ : इस आसन के अभ्यास से -

(१) पेट का मोटापा कम हो जाता है।

(२) पाचनशक्ति में वृद्धि होती है।

(३) कब्ज की शिकायत दूर होती है।

(४) फेफड़ों से संबंधित बीमारियों में लाभ होता है।

(५) गला, पेट, पाँव, कंधे आदि की मांसपेशियों में भलीभाँति रक्तसंचार होने लगता है।

(६) शरीर फुर्तीला व हलका हो जाता है।

(७) आंतरिक और सूक्ष्म बल बढ़ाने में सहायता मिलती है।

विधि : जमीन पर पेट के बल लेट जायें और चित्रानुसार दोनों हाथों को डंडे की भाँति आगे की ओर फैलाकर केवल पेट से ऊपर के और नीचे के भाग को बलपूर्वक दोनों तरफ खींचते हुए इतना उठायें कि शरीर नौका की तरह हो जाय।

निर्दोष संत को सताने से प्रकृति का कोप बढ़ता है

महान संत बापूजी को समाज को वापस लौटायें

- संत बोरिया बाबा

"सोनिया-राज में देश में हो रहे अंधाधुंध ईसाईकरण के विरुद्ध आवाज उठाने के कारण संत आशारामजी बापू को काँग्रेस सरकार ने झूठे मुकदमे गढ़कर जेल में डाला था। निर्दोष बापू को सताने की सजा प्रकृति ने काँग्रेस को दे दी है।

हिन्दुओं के भारी समर्थन के कारण जीतकर आयी मोदी सरकार का भी अब यह कर्तव्य बनता है कि शीघ्र ही झूठे मुकदमों व गवाहों की समीक्षा कर इन महान हिन्दू संत को ससम्मान समाज को वापस लौटाये अन्यथा निर्दोष संत को सताने से देश में अतिवृष्टि, अनावृष्टि, ईति-भीति का प्रकोप बढ़ जाता है।"

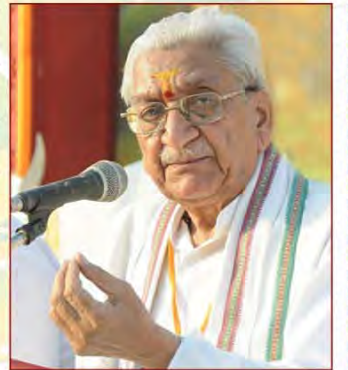
(**संत बोरिया बाबा का परिचय** : १०० वर्ष से अधिक आयु के केनाराम परम्परा के महान वैष्णव संत, जो ६०-७० वर्ष हिमालय में तपस्या कर अब लोक-कल्याणार्थ देश में पर्यावरण सुधार के कार्य में जुटे हुए हैं।)

('आदर्श पंचायती राज' पत्रिका, अगस्त २०१४)

संत आशारामजी बापू को जेल भेजना काँग्रेस की साजिश

- श्री अशोक सिंहलजी, वि.हि.प. के मुख्य संरक्षक व पूर्व अंतर्राष्ट्रीय अध्यक्ष

श्री अशोक सिंहलजी ने मिर्जापुर (उ.प्र.) में पत्रकारों से चर्चा में कहा : "संत आशारामजी बापू, साध्वी प्रज्ञा सिंह तथा शंकराचार्यजी (श्री जयेन्द्र सरस्वतीजी) को जेल भेजना काँग्रेस की साजिश थी। इससे हिन्दू समाज का अपमान किया गया। अब समय बदल गया है, कानूनवेत्ता को भी बदलना पड़ेगा।"

(दैनिक भास्कर, नागपुर, १९ अगस्त)

बापूजी निर्दोष हैं, उन्हें रिहा किया जाय : संत-समाज

संत-सम्मेलन, अखनूर (जम्मू)

श्री श्री १०८ महंत श्री रामानंददासजी महाराज : सनातन धर्म और संत-महात्मा इस देश की रीढ़ की हड्डी हैं, जिसके सहारे यह देश टिका हुआ है । मैं सरकार से अपील करता हूँ कि एक आशाराम बापूजी ही नहीं, इनके अलावा और भी जो निर्दोष संत जेल में बंद हैं, जो यातनाएँ सह रहे हैं, उन पर काफी गहराई से विचार करें और उन्हें जेल से बाहर निकालें ।

श्री रामलाल शास्त्रीजी भागवत कथाकार : संतों को पहचानने के लिए सद्ज्ञान, सद्बुद्धि की आवश्यकता होती है । जो विवेकहीन हैं, ज्ञानहीन हैं वे संत की पहचान क्या करेंगे ? अपने देश और संतों के प्रति यह कुप्रचार का जहर उगला जा रहा है ताकि भारतीय संस्कृति का ह्रास हो, लोगों में अनास्था उत्पन्न हो । लेकिन हमारे पूज्य बापूजी पर हमारा दृढ़ विश्वास व आस्था है ।

श्री रघुनंदन प्रदीप शास्त्रीजी महाराज, गौ-कथाकार : बापूजी पर जो ये आरोप लगे हैं, सभी जानते हैं कि इनमें कोई सच्चाई नहीं है । बापूजी बिल्कुल निर्दोष हैं ।

श्री घनश्याम शास्त्रीजी महाराज, भागवत कथाकार : पूज्य बापूजी ने सनातन धर्म और सनातन संस्कृति पर अडिग रहने का ज्ञान दिया है । जिन लोगों ने अपने गुरु पर विश्वास रखा, उन लोगों का बेड़ा पार हो गया । सद्गुरु पूज्य बापूजी ने देश-विदेश के करोड़ों लोगों का जीवन बदल दिया है ।

श्री श्री १००८ महामंडलेश्वर महंत श्री रघुवीरदासजी महाराज (त्यागी बाबा) : श्री बापूजी महाराज की जय ! गुरुजी को कभी मनुष्य नहीं समझना चाहिए । गुरु से बढ़कर कोई बड़ा नहीं है ।

हमारे भारतवर्ष के खिलाफ यह एक षड्यंत्र है । इन बिकाऊ मीडियावालों के कहने की कोई कीमत नहीं है ।

श्री फूलकुमार शास्त्रीजी शिव-कथावाचक : जिन्होंने हमें जीना सिखाया, उठना-बैठना सिखाया, ईश्वर से जोड़ दिया, जिन्होंने हमें विषयों से मुक्त कर दिया वे पूज्य बापूजी दोषी कैसे हो सकते हैं ! अर्थात् षड्यंत्रकारी जान-बूझकर हमारे संतों पर इल्जाम लगा के उन्हें बदनाम कर रहे हैं, जिससे हमारी आस्था टूट जाय और हम संतों के प्रति भक्तिभाव, श्रद्धा न रखें।

बापूजी निर्दोष हैं फिर बापूजी को अभी तक जेल में क्यों रखा गया है ? मैं बापूजी का शिष्य नहीं हूँ किंतु मुझे मेरे गुरुदेव संत आशारामजी बापू में नजर आते हैं।

श्री बिशनदासजी महाराज भागवत कथाकार : संतों का जीवन बहुत तपश्चर्यावाला होता है। बापूजी की निर्दोषता सभी जानते हैं। इससे पहले भी संतों के ऊपर बहुत आरोप, अत्याचार हुए। संत कबीरदासजी के भी ऊपर बहुत कुछ हुआ था। जितने भी परमात्मा के भक्त हुए, उनके ऊपर बहुत विपत्तियाँ आयी ही हैं। माना झूठ का फुलावा बहुत होता है लेकिन जीत तो सच्चाई की ही होती है।

ऋषि प्रसाद द्वारा पूरी सनातन संस्कृति की सेवा हो रही है

- श्री राजेन्द्र प्रसाद शास्त्रीजी, वीरमगाम (गुजरात)

'ऋषि प्रसाद' के माध्यम से इस पूरी सनातन संस्कृति की सेवा हो रही है। पूज्य बापूजी ने इस जगत के हित में जो-जो किया है, उसकी तुलना नहीं हो सकती।

जिनके प्रत्येक शब्द में मंगल की भावना, पावनता की ही व्याख्या, प्रत्येक क्रिया पावनमयी है, ऐसे पूज्य बापूजी दुनिया के कहने से कभी अपावन नहीं हो सकते। बापूजी के पास जब लोग पहली बार आते हैं तो जगत से संतप्त, त्रस्त हुए रहते हैं और जब बापू के चरण में मस्तक झुकाते हैं तो उसके बाद में हम पूछते हैं कि "आपका अनुभव क्या है ?" लोग बोलते हैं कि "हमारा शोक चला गया।" जिनके सत्संग-सान्निध्य से मेरे और तुम्हारे जीवन के दुःख, शोक, चिंता चले गये, उन महापुरुष को अपनी पावनता सिद्ध करने के लिए दूसरी कोई बात रखने की जरूरत नहीं है।

जो भारत में जन्मा है और अपने को हिन्दू कहलाता है, सनातन संस्कृति का रक्षक कहलाता है, उसका यह कर्तव्य बनता है कि वह ऋषियों का प्रसाद 'ऋषि प्रसाद' घर-घर पहुँचाये। मैं सौ घरों में ऋषि प्रसाद पहुँचाने का संकल्प करता हूँ।

ऋषि प्रसाद के रूप में मैं अपने घर पूज्य बापूजी को ले जा रहा हूँ और मैं चाहता हूँ कि मेरे जैसे अनेक लोग बापूजी को घर ले जायें। बापूजी जिस घर में होते हैं वहाँ प्रसन्नता होती है।

बापूजी ने हमें प्रसन्न रहना सिखाया है, परोपकार सिखाया है। बापूजी के शिष्य वनवासी, आदिवासी क्षेत्रों में जाकर सेवा करते हैं। वहाँ के लोगों को धर्म से जोड़ने का कार्य बापूजी ने किया है। मैं पूरे हृदय से कहता हूँ कि बापू के समान कलियुग में महापुरुष मिलना मुश्किल है। साधक इस विपरीत परिस्थिति में भी विचलित नहीं हो रहे, इसका कारण बापू का ज्ञान-प्रसाद ही है।

भगवान श्रीकृष्ण के ६४ दिव्य गुण

- पूज्य बापूजी

(अंक २५९ से आगे)

भगवान का ३३वाँ दिव्य गुण है 'मान्यमानकृत्', भगवान अमानी हैं और दूसरों को मान देते हैं । स्वयं का कितना भी मान हो, उसका महत्त्व नहीं रखते । अपने में बड़प्पन नहीं । गुरु के पास दर्शन करने जाते हैं, गुरु का रथ खींचते हैं । गुरु की चरणचम्पी करते हैं । ३४वाँ गुण है 'दक्षिणः', भगवान बड़े सुशील व सौम्य आचरणवाले हैं । ३५वाँ गुण है 'विनयी', भगवान नम्र हैं और ३६वाँ गुण है 'ह्रीमान्', भगवान लज्जावान भी हैं, शर्माते भी हैं, लो ! ऐसा नहीं कि इतना सामर्थ्य है तो नकटे होकर रहें, नहीं । शर्मीले भी हैं भगवान । उन्हें अपने मुँह पर अपनी प्रशंसा सुनकर बड़ा संकोच होता है ।

३७वाँ गुण है 'शरणागतपालकः', शरणागतरक्षकता और उसके पालन का उनका बड़ा भारी गुण है । 'हे भगवान ! मैं तुम्हारी शरण हूँ बस ।' सच्चे हृदय से प्रार्थना कर दो फिर चाहे साड़ी अवतार हो, चाहे आवेश अवतार हो, चाहे प्रेरणा अवतार हो, कुछ भी करके हमारी भलाई कर देते हैं । ३८वाँ गुण है 'सुखी', भगवान सुखस्वरूप हैं और ३९वाँ गुण है 'भक्तसुहृत्', वैसे तो भगवान सबके हितैषी हैं परंतु भक्तों का विशेष खयाल रखते हैं । तो आप भी सबके हितैषी बनो क्योंकि भगवान का आत्मा अंतर्यामी है और तुम्हारा आत्मा भी वही अंतर्यामी है । भगवान ब्रह्मस्वरूप हैं । ४०वाँ गुण है 'प्रेमवश्यः', भगवान प्रेम के वशीभूत हो जाते हैं और आप भी तो हो जाते हैं ! खूब प्रेम से आपसे कोई व्यवहार करे तो आपका दिल भी तो ऐसे ही हो जाता है । भगवान के गुण तुम्हारे में छुपे हैं, उन्हें विकसित होने दो । (क्रमशः)

(पृष्ठ २७ मेरी...का शेष)

मेरी योजना है - महान आचार्यों के उपदेशों का अनुकरण करना ।... मैं देखता हूँ कि प्रत्येक व्यक्ति की भाँति प्रत्येक राष्ट्र का भी एक विशेष जीवनोद्देश्य है ।...

यदि कोई राष्ट्र अपनी स्वाभाविक जीवनशक्ति को दूर फेंक देने की चेष्टा करे, शताब्दियों से जिस दिशा की ओर उसकी विशेष गति हुई है उससे मुड़ जाने का प्रयत्न करे और यदि वह अपने कार्य में सफल हो जाय तो वह राष्ट्र मृत हो जाता है ।... अतः भारत में किसी प्रकार का सुधार या उन्नति की चेष्टा करने के पहले (सत्य सनातन) धर्म का प्रचार आवश्यक है । भारत को राजनीतिक विचारों से प्लावित करने के पहले आवश्यक है कि उसमें आध्यात्मिक विचारों की बाढ़ ला दी जाय ।

मेरी क्रांतिकारी योजना

स्वामी विवेकानंदजी

-(मद्रास में दिया गया भाषण)

(अंक २५९ से आगे)

किसी कवि ने कहा है : ''हम मर्त्यजीव कितने निर्बोध हैं !'' परस्पर एक-दूसरे के दृष्टिकोण से देखना और विचार करना कितना कठिन है ! और यही मनुष्य-समाज की उन्नति में घोर विघ्नस्वरूप है। यही ईर्ष्या, घृणा और लड़ाई-झगड़े की जड़ है।

अरे, अपरिपक्व बुद्धिवाले नासमझ लड़को ! तुम लोग सहस्रों प्राचीन संस्कारों से नियंत्रित ३० करोड़ (तब की भारत की जनसंख्या) मनुष्यों पर कानून चलाना चाहते हो ? क्या तुम्हें लज्जा नहीं आती ? दूर हो जाओ धर्मनिंदा के इस कुकर्म से और पहले खुद सबक सीखो। श्रद्धाहीन बालको ! तुम कागज पर कुछ पंक्तियाँ घसीटकर किसी मूर्ख को पकड़ के उन्हें छपवा लेने में अपने को समर्थ समझकर सोचते हो कि तुम जगत के शिक्षक हो, तुम्हारा मत ही भारत का जनमत है ! तो क्या ऐसी बात है ?...क्या भारत में कभी सुधारकों का अभाव था ? रामानुजाचार्यजी, आद्य शंकराचार्यजी, गुरु नानकजी, चैतन्य महाप्रभु, संत कबीरजी, दादूजी - ये सब बड़े-बड़े धर्माचार्य भारत-गगन में अत्यंत उज्ज्वल नक्षत्रों की तरह एक के बाद एक उदय हुए थे। उन्होंने अतीत में दृष्टि डालकर कहा : ''हिन्दुओ ! तुमने अभी तक जो किया, अच्छा ही किया पर तुम्हें अब इससे भी अच्छा करना होगा।''

उन्होंने यह नहीं कहा : ''पहले तुम दुष्ट थे और अब तुम्हें अच्छा होना होगा।''

इससे दोनों में जमीन-आसमान का फर्क पैदा हो जाता है। हम लोगों को अपनी प्रकृति के अनुसार उन्नति करनी होगी। विदेशी संस्थाओं ने बलपूर्वक जिस कृत्रिम प्रणाली को हममें प्रचलित करने की चेष्टा की है, उसके अनुसार काम करना वृथा है, असम्भव है। हम लोगों को तोड़-मरोड़कर नये सिरे से दूसरे राष्ट्रों के ढाँचे में गढ़ना असम्भव है। मैं दूसरी कौमों की सामाजिक प्रथाओं की निंदा नहीं करता। वे उनके लिए अच्छी हैं पर हमारे लिए नहीं। उनके लिए जो कुछ अमृत है, हमारे लिए वही विष हो सकता है। पहले यही बात सीखनी होगी। अन्य प्रकार के विज्ञान, परम्परागत संस्कारों और आचारों से उनकी वर्तमान सामाजिक प्रथा गठित हुई है। हम लोगों के पीछे हमारे अपने परम्परागत संस्कार और हजारों वर्षों के कर्म हैं। अतः हमें स्वभावतः अपने संस्कारों के अनुसार ही चलना और करना होगा।

(शेष पृष्ठ २६ पर)

आयु, आरोग्य व यश बढ़ानेवाला व्रत

- पूज्य बापूजी

(इंदिरा एकादशी : १९ सितम्बर)

श्रीकृष्ण के चरणों में राजा युधिष्ठिर ने कहा : ''प्रभु ! आश्विन मास (गुजरात-महाराष्ट्र के अनुसार भाद्रपद) के कृष्ण पक्ष की एकादशी का नाम क्या है और इसका फल क्या है ?''

भगवान श्रीकृष्ण ने कहा : ''राजन् ! उस एकादशी का नाम है इंदिरा। सत्ययुग में माहिष्मतीपुरी में राजा इन्द्रसेन बड़ा धर्मात्मा राजा हो गया। देवर्षि नारदजी राजा इन्द्रसेन के राज्य में गये। राजा ने अर्घ्य-पाद्य से उनका पूजन किया और कुशल-क्षेम पूछा, तब नारदजी ने कहा :

मैं जब ब्रह्मलोक से यमलोक गया तो यमराज ने उठकर मेरा स्वागत-पूजन किया। इन्द्रसेन ! वहाँ तुम्हारे पिता भी थे, वे मेरे को पहचान गये और मेरा पूजन किया। फिर तुम्हारे पिता ने रोते हुए कहा : ''मैंने एकादशी का व्रत नहीं रखा इसलिए मैं नरक में पड़ा हूँ। आप मेरे बेटे इन्द्रसेन को बोलना कि वह इंदिरा एकादशी का व्रत रखे। इससे उसकी आयु, आरोग्य, पुष्टि व यश बढ़ेगा और पितरों को उसका पुण्य अर्पण करेगा तो पितरों की दुर्गति से सद्गति होगी और उनका भी आशीर्वाद मिलेगा।''

व्रत करनेवाला दशमी को संयम रखे, पति-पत्नी के व्यवहार से बचे। हो सके तो एक समय भोजन करे और एकादशी को सुबह उठे तो संकल्प करे कि 'हे भगवान ! आपको प्रसन्न करनेवाली, पापों को हरने तथा मोक्ष प्रदान करने वाली इंदिरा एकादशी का व्रत करता हूँ।'

बाजार की फलाहारी चीजें, यह-वह खाकर व्रत भंग न करे। बहुत भूख लगे तो किशमिश धो के खा ले या उबालकर उसका शरबत पी ले। भगवान का नाम जपे, एकादशी की रात्रि को थोड़ा जागरण करे, सत्शास्त्र पढ़े और हरिनाम कीर्तन करे।

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : ''राजन् ! राजा इन्द्रसेन से ऐसा कहकर देवर्षि नारद अंतर्धान हो गये। राजा ने रानियों, पुत्रों और सेवकों सहित उस उत्तम व्रत का अनुष्ठान किया।

कुंतीनंदन ! व्रत पूर्ण होते ही इन्द्रसेन के पिता गरुड़ पर आरूढ़ होकर श्रीविष्णुधाम को चले गये और इन्द्रसेन भी निष्कंटक राज्य का उपभोग करके अपने पुत्र को राजसिंहासन पर बिठाकर स्वयं स्वर्गलोक को चले गये। इस माहात्म्य को पढ़ने और सुनने से मनुष्य सब पापों से मुक्त हो जाता है।''

धन-धान्य व स्वर्ग की प्राप्ति करानेवाला व्रत

(पापांकुशा-पाशांकुशा एकादशी : ५ अक्टूबर)

आश्विन मास के शुक्ल पक्ष में आनेवाले एकादशी व्रत के बारे में जब श्रीकृष्ण के चरणों में युधिष्ठिर ने प्रार्थना की थी, तब भगवान श्रीकृष्ण ने कहा : ''यह एकादशी पापों का क्षय करती है। एकादशी का व्रत करनेवाले को स्वर्ग, धन-धान्य, यश की प्राप्ति होती है तथा उसके रोग, शोक और मोह निवृत्त होते हैं। भगवान श्रीनारायण की पूजा और उपासना करते हुए जो व्रत करता है, मौन रहता है या अत्यंत कम बोलता है उसकी मानसिक शक्तियों का विकास करनेवाली ये एकादशी है। यह एकादशी दोषों को हरती है, पापों का क्षय करती है, पुण्यों को भरती है और यदि भगवत्प्रीत्यर्थ करें तो यह मुझ भगवत्स्वरूप में विश्रांति देनेवाली हो जाती है।

दशमी की रात को अथवा एकादशी की प्रभात को संकल्प करें कि 'श्रीहरि की (शेष पृष्ठ २९ पर)

सगर्भावस्था में निषिद्ध आहार

* गर्भ रहने पर गर्भिणी किसी भी प्रकार के आसव-अरिष्ट (कुमारी आसव, दशमूलारिष्ट आदि), उष्ण-तीक्ष्ण औषधियों, दर्द-निवारक (पेन किलर) व नींद की गोलियों, मरे हुए जानवरों के रक्त से बनी रक्तवर्धक दवाइयों एवं टॉनिक्स तथा हानिकारक अंग्रेजी दवाइयों आदि का सेवन न करे।

* इडली, डोसा, ढोकला जैसे खमीरयुक्त, पित्तवर्धक तथा चीज, पनीर जैसे पचने में भारी पदार्थ न खाये। ब्रेड, बिस्कुट, केक, नूडल्स (चाऊमीन), भेलपुरी, दहीबड़ा जैसी मैदे की वस्तुएँ न खाकर शुद्ध घी व आटे से बने तथा स्वास्थ्यप्रद पदार्थों का सेवन करे।

* कोल्डड्रिंक्स व डिब्बाबंद रसों की जगह ताजा नींबू या आँवले का शरबत ले। देशी गाय के दूध, गुलकंद का प्रयोग लाभकारी है।

* मांस, मछली, अंडे आदि का सेवन कदापि न करे।

आयुर्वेदानुसार सगर्भावस्था में किसी भी प्रकार का आहार अधिक मात्रा में न लें। षड्रसयुक्त आहार लेना चाहिए परंतु केवल किसी एकाध प्रिय रस का अति सेवन दुष्परिणाम ला सकता है । इस संदर्भ में चरकाचार्यजी ने बताया है : (१) मधुर : सतत सेवन करने से बच्चे को मधुमेह (डायबिटीज), गूँगापन, स्थूलता हो सकती है।

(२) अम्ल : इमली, टमाटर, खट्टा दही, डोसा, खमीरवाले पदार्थ अति प्रमाण में खाने से बच्चे को जन्म से ही नाक में से खून बहना, त्वचा व आँखों के रोग हो सकते हैं।

(३) लवण (नमक) : ज्यादा नमक लेने से रक्त में खराबी आती है, त्वचा के रोग होते हैं। बच्चे के बाल असमय में सफेद हो जाते हैं, गिरते हैं, गंजापन आता है, त्वचा पर असमय झुर्रियाँ पड़ती हैं तथा नेत्रज्योति कम होती है।

(४) तीखा : बच्चा कमजोर प्रकृति का, क्षीण शुक्रधातुवाला व भविष्य में संतानोत्पत्ति में असमर्थ हो सकता है।

(५) कड़वा : बच्चा शुष्क, कम वजन का व कमजोर हो सकता है।

(६) कषाय : अति खाने पर श्यावता (नीलरोग) आती है, उर्ध्ववायु की तकलीफ रहती है।

सारांश यही है कि स्वादलोलुप न होकर आवश्यक संतुलित आहार लें।

(पृष्ठ २८ का शेष) प्रसन्नता के लिए, स्वर्ग की प्राप्ति के लिए, पापों के क्षय के लिए, आरोग्य की प्राप्ति के लिए मैं एकादशी व्रत करता हूँ। भगवान श्रीहरि की कृपा से यह निर्विघ्न सम्पन्न हो।' फिर दिनचर्या के अनुसार अपना नहाना-धोना जो कुछ करना हो करें, तत्पश्चात् भगवान की पूजा करें।''

हो सके तो निर्जल रहें नहीं तो जल पियें। ठंडा जल पीने से मंदाग्नि होती है, गुनगुना जल पियें। जठर की भूख बनी रहेगी और नाड़ियों में जो वात-पित्त-कफ के दोष जमा हैं, वे दोष खींचकर जठराग्नि उनको पचा देगी, आरोग्य की रक्षा होगी। चौदह दिन तक जो खुराक खायी है, उससे जो रस बना है, पन्द्रहवें दिन उस रस को ओज बनने का अवसर मिलेगा। दीर्घजीवी होने में भी एकादशी का व्रत मदद करता है।

दुःख का मूल कारण क्या ?

दुःख दो प्रकार का है - एक तो वस्तु के कम-अधिक होने का और दूसरा मन की परिस्थिति बदलने का। इसमें भी सभी विचारवान यह मानते हैं कि वस्तु सुखद या दुःखद नहीं होती। अविद्या के कारण हम जिस वस्तु से अपना संबंध जोड़ लेते हैं वही सुख-दुःख देती है।

शब्द, स्पर्श, रूप, रस, गंध ये पाँच विषय हैं। ये न सुखद हैं, न दुःखद। पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश ये जो विषयों के कारण हैं, वे भी न सुखद हैं, न दुःखद। इनका कारणभूत तामस अहंकार भी सुख-दुःख का हेतु नहीं है। नासिका, श्रवणादि इन्द्रियाँ और पाँच प्राण भी सुख-दुःख नहीं देते। इन सबका व्यवस्थापक अहंकार भी सुख-दुःख का हेतु नहीं है। ये सब-के-सब प्राकृत हैं। बुद्धि भी केवल समझती है कि 'यह सुख है, यह दुःख है', वह सुख-दुःख देती नहीं है। इसी प्रकार प्रकृति भी सुख-दुःख नहीं देती। जब प्रकृति और प्राकृत के समस्त विस्तार में कोई दुःख नहीं देता तो दुःख आता कहाँ से है ? उत्तर यही है कि अविद्या से, अज्ञान, नासमझी, मूर्खता से। जब हम किसी वस्तु को ठीक नहीं समझते, तब दुःखी होते हैं।

अहंता अर्थात् प्राकृत अहंकार तो सुषुप्ति में भी रहता है। उस समय श्वास चलता है, रक्तसंचरण होता है, नख-केश बढ़ते हैं, अन्न पचता है अर्थात् अहंकार उस समय भी क्रियाशील रहता है। यह अहं दुःख का हेतु नहीं है, दुःख का हेतु तो 'अस्मिता' है। आत्मा है चेतन, द्रष्टा और अहंकार है प्राकृत। जब हम द्रष्टा और दृश्य का ठीक-ठीक अलगाव नहीं कर पाते और चित्स्वरूप होने पर भी (अविद्या के कारण) प्राकृत अहंकार के साथ ऐसे एक हो जाते हैं कि अहंकार को ही अपना स्वरूप समझने लगते हैं, तब इसको ही अस्मिता कहते हैं। यही चिज्जड़ ग्रंथि है। इस अस्मितारूपी ग्रंथि से ही फिर राग, द्वेष और अभिनिवेश रूपी क्लेश होते हैं।

असल में दुःख देते हैं राग और द्वेष। प्रकृति से जैसे पुष्प उगता-बढ़ता-खिलता है, वैसे ही शिशु भी पैदा होता है और बढ़ता है। उसमें कर लिया 'मैं'पना तो उससे भी अनुकूलता-प्रतिकूलता का भाव, राग-द्वेष आया और फिर राग से सुख और द्वेष से दुःख। अब राग-द्वेष में इतने डूब गये कि देह को, पुत्र को, घर को अपने से अभिन्न मानने लगे। यह अभिनिवेश हो गया। इस प्रकार हमारे दुःख का कारण हमारा अविचार है। अविचार में हम इतने खो गये हैं कि अपने मुक्त स्वरूप को, द्रष्टा-स्वरूप को भूल गये हैं।

दुःखों से छूटने के लिए, अपने मुक्त स्वरूप को जानने के लिए ब्रह्मज्ञानी गुरु का सत्संग श्रेष्ठतम उपाय है।

कभी न छूटे पिंड दुःखों से जिसे ब्रह्म का ज्ञान नहीं।

ब्रह्मज्ञानी गुरु का महत्त्व सर्वोपरि है। हनुमानजी के पास बहुत सारी योग्यता होने पर भी उन्होंने ब्रह्मज्ञानी रामजी के पास बिनशर्ती शरणागति स्वीकार करके ब्रह्मज्ञान पाया। अर्जुन को भगवान श्रीकृष्ण ने वही पावन ज्ञान दिया। 'गीता' का ज्ञान सभी मनुष्यों के जीवन में और विद्यार्थीकाल में होना चाहिए।

दशहरे के दस विजयसूत्र

'श्रीमद् भागवत' के ग्यारहवें स्कंध के तेरहवें अध्याय के चौथे श्लोक में भगवान श्रीकृष्ण उद्धवजी को बोलते हैं :

आगमोऽपः प्रजा देशः कालः कर्म च जन्म च ।
ध्यानं मन्त्रोऽथ संस्कारो दशैते गुणहेतवः ॥

'शास्त्र, जल, प्रजाजन, देश, समय, कर्म, जन्म, ध्यान, मंत्र और संस्कार - ये दस वस्तुएँ यदि सात्त्विक हों तो सत्त्वगुण की, राजसिक हों तो रजोगुण की और तामसिक हों तो तमोगुण की वृद्धि करती हैं।'

अपना जीवन अगर महान बनाना है तो इन १० बातों का ध्यान रखो :

(१) शास्त्र : आप क्या पढ़ते हैं ? शारीरिक सुखसंबंधी ज्ञान देनेवाला साहित्य, उपन्यास या विकारोत्तेजक कहानियाँ पढ़कर अपनी कमनसीबी बढ़ाते हैं कि जीवन में उदारता, सहिष्णुता, प्राणिमात्र के प्रति सद्भाव, ब्रह्मचर्य, निर्लोभता आदि दैवी सद्गुणों को अपनाने की प्रेरणा देनेवाले गीता, रामायण, वेदांत शास्त्र पढ़ते हैं ? ऐसा ही पठन करना चाहिए जिससे आपमें संयम-सदाचार, स्नेह, पवित्रता, निरभिमानिता आदि दैवी गुणों का विकास हो, संत और भगवंत के प्रति आदर-मान की भावना जगे।

(२) जल : आप क्या खाते-पीते हो ? कहीं आप ऐसी चीज तो नहीं खाते-पीते हो जिससे बुद्धि विनष्ट हो जाय और आपको उन्माद-प्रमाद में घसीट ले जाय ? इस बात पर भी ध्यान रखें कि जिस जल से स्नान करते हो वह पवित्र तो है न !

खान-पान का ध्यान रखने से आपमें स्वाभाविक ही सत्त्वगुण का उदय हो जायेगा। आप दुर्गुणों से मुक्त होकर सरलता और शीघ्रता से दैवी सम्पदा की वृद्धि कर पाओगे।

(३) प्रजाजन : आपका संग कैसा है ? मनुष्य जैसे लोगों के बीच में उठता-बैठता है, मन में जैसा बनने की इच्छा रखता है, उसीके अनुरूप उसके जीवन का निर्माण होता है। जिसे भगवद्-तत्त्व का साक्षात्कार करना हो उसे तत्त्वज्ञानी महापुरुषों का संग करना चाहिए।

(४) देश : आप कैसे स्थान में रहते हो ? पवित्र, उन्नत स्थान में रहोगे तो आपके आचार-विचार शुद्ध और उन्नत बनेंगे। मलिन, आसुरी स्थानों में रहोगे तो आसुरी विचार और विकार आपको पकड़े रहेंगे। देहाध्यास (देह को 'मैं' मानना) के कूड़े-कचरे पर बैठोगे तो मान-अपमान, निंदा-स्तुति, सुख-दुःख आदि द्वन्द्व आप पर प्रभाव डालते रहेंगे और भगवत्स्मरण, ब्रह्मभाव के विचारों में रहोगे तो शांति-लाभ और दिव्य आनंद पाओगे।

(५) समय : आप अपना समय कैसे व्यतीत करते हो ? कहीं जुआ-शराबघर में, सिनेमा-टीवी देखने में या विषय-विलास के चिंतन में तो नहीं ? अखबारों में ज्यादा समय तो नष्ट नहीं करते ? बीता हुआ समय लौटकर नहीं आता। अतः जीवन का एक-एक क्षण भगवत्प्राप्ति में लगाओ, प्रमाद मत करो।

(६) कर्म : आप किस प्रकार के कर्म करते हैं ? गंदे संस्कार भरकर कर्मबंधन बनानेवाले और नरकों में ले जानेवाले कर्म करते हैं कि अच्छे संस्कार भर के कर्मबंधन काटकर भगवान में विश्रांति दें ऐसे कर्म करते हैं ?

(७) जन्म : जन्मों-जन्मों के आपके संस्कार और शिक्षा-दीक्षा कैसी है ? उससे भी स्वभाव बनता है।

(८) ध्यान : आप अपने चित्त में चिंतन-ध्यान किसका करते हैं ? यदि काम का चिंतन करोगे तो दूसरे जन्म में वेश्या के घर पहुँच जाओगे, मांसाहार का चिंतन करोगे तो गिद्ध या शेर आदि मांसाहारी प्राणियों की योनि में पहुँच जाओगे, किसीसे बदला लेने का चिंतन करोगे या ज्यादा द्वेष रखोगे तो साँप, बिच्छू, ततैया आदि योनियों में पहुँच जाओगे। अतः सावधान होकर अपने चिंतन-ध्यान को भगवन्मय बनाओ।

अपने दोषों और दुर्गुणों पर, अपने मन में चलनेवाली पाप-चिंतन की धारा पर कभी दया नहीं करनी चाहिए। अपने दोषों को क्षमा न करके प्रायश्चित रूप में अपने-आपको कुछ दंड अवश्य देना चाहिए। दुबारा उस दोष को न दुहराना सबसे बड़ा दंड और प्रायश्चित है। प्रतिदिन रात्रि को सोने से पहले हिसाब लगाना चाहिए कि अशुभ चिंतन कितना कम हुआ और शुभ चिंतन कितना बढ़ा। सुबह उठते ही, जहाँ से उठे उस शुद्ध, बुद्ध, द्रष्टा, साक्षी, आनंदघन में कुछ समय डूबे रहो। ॐ आनंद... ॐ शांति... ॐ... यह सुबह की कुछ मिनटों की परमात्म-विश्रांति, घंटोंभर की दिन की साधना जितना आनंद-लाभ दे देगी। फिर परमात्मा या सद्गुरुदेव का चिंतन-ध्यान करके दिनभर के लिए शुद्ध संकल्प करना चाहिए कि 'आज नम्रता, प्रेम, परगुण-दर्शन आदि दैवी गुणों के विकास के साथ प्रभु के नाम-गुण का ही चिंतन करूँगा।'

(९) मंत्र : मंत्र देनेवाले आपके गुरु कैसे हैं और मंत्र कैसा है ? टोने-टोटके का मंत्र है कि वैदिक मंत्र है और मंत्र देनेवाले गुरु परमात्मप्रीतिवाले हैं कि ऐसे-वैसे हैं ? समर्थ सद्गुरु से मंत्र लेना चाहिए।

(१०) संस्कार : आपके संस्कार कैसे हैं ? अच्छे संस्कार धारण करने का व्रत ले लो। किसीमें हजार बुराइयाँ हों, फिर भी उसमें से भी गुण ले लो एवं 'गुणों के आधार, गुणनिधान प्रभु मेरे हैं, मैं भगवान का हूँ' - ऐसा चिंतन करने से आप उस नित्य ज्ञान में टिकने में तत्पर हो जायेंगे, आपका मंगल हो जायेगा !

यदि आपके जीवन में ये दस बातें आ गयीं तो आप अपने जीवन संग्राम में आनेवाले हर रावण को नष्ट कर देंगे, प्रत्येक दिन दशहरा होगा और परमात्म-ज्ञान की प्राप्ति सहज, सुलभ हो जायेगी।

'फैशन बन गया है बलात्कार का आरोप लगाना ?'

रेपसंबंधी नये कानूनों के परिणाम, मीडिया की भूमिका तथा राजनैतिकों द्वारा इसका इस्तेमाल आदि विभिन्न विषयों पर वास्तविकता को जनता के समक्ष रखते हुए शिवसेना के मुखपत्र

'सामना' के सम्पादकीय में लिखा गया है : (बालिग, नाबालिग द्वारा) छेड़खानी और बलात्कार का आरोप लगाकर सनसनी पैदा करना अब फैशन हो गया है क्या ? ऐसा सवाल लोगों के मन में उठने लगा है। निर्भया कांड के बाद बलात्कार और महिलाओं पर होनेवाले अत्याचार के संदर्भ में नये कानून बनाये गये। परंतु इन कानूनों के कारण महिलाओं पर होनेवाला अत्याचार कम हुआ क्या ? यह संशोधन का विषय है। लेकिन 'छेड़खानी', 'बलात्कार' जैसे आरोप लगाकर सनसनी फैलाने के मामले बढ़ने लगे। ऐसे मामलों में सच बाहर आने के पूर्व ही उस संदेहास्पद अभियुक्त की 'मीडिया ट्रायल' के नाम पर जो भरपूर बदनामी चलती है, वह बहुत ही घिनौनी है। टीवी

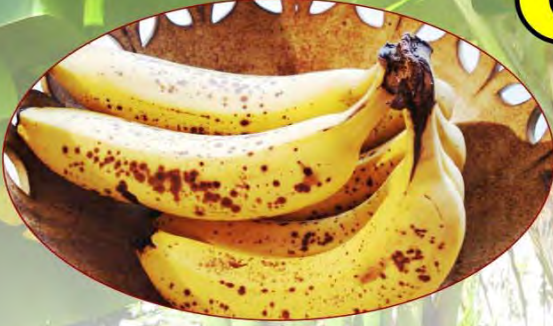
चैनलों के लोग 'वारदात', 'सनसनी' जैसे आपराधिक कार्यक्रमों में बलात्कार का 'आँखों देखा हाल' दिखाकर ऐसा दर्शाते हैं कि उन्होंने जैसे अपनीखुली आँखों सेबलात्कार देखा हो। संदेहास्पद बलात्कार मामलों को छोंक-बघारकर पाठक तथा दर्शकों तक परोसा जाता है। चरित्रहनन तथा बदनामी, राजनीति में एक बहुत बड़ा हथियार बन गया है। कानून महिलाओं के साथ है लेकिन इसका मतलब यह नहीं कि ऐसे कानून का कोई गलत इस्तेमाल कर किसीको भी तख्त पर चढ़ाये। (एक मामले का उदाहरण देकर) इस मामले में छः महीने बाद बलात्कार का मामला दर्ज किया गया है। अर्थात् बलात्कार हुआ यह समझने में छः महीने लग गये क्या ? 'शक्ति मिल' मामले में पीड़ित युवती ने २ घंटे के भीतर बलात्कार की शिकायत दर्ज करायी थी। बलात्कार बहुत ही घिनौना और गम्भीर मामला है। कोई भी महिला यह कलंक क्षणभर भी बर्दाश्त नहीं कर सकती। लेकिन इन दिनों बलात्कार का आरोप तथा शिकायत (तथाकथित) घटना घटित होने के बाद छः-छः महीने और दो-दो साल के बाद दाखिल की जाती है। (पूज्य बापूजी पर तो एक महिला को मोहरा बनाकर १२ साल पहले बलात्कार हुआ ऐसी कल्पित, झूठी कहानी बनाकर मामला दर्ज करवाया गया है। दूसरे मामले में भी जोधपुर से शाहजहाँपुर और शाहजहाँपुर से दिल्ली जाकर ५

दिन बाद रात को २.४५ बजे बोगस मामला दर्ज करवाया गया है। - संकलक) इन पर कोई भी सवाल नहीं उठाता। सिक्के का दूसरा पहलू क्या ह- इस बात को भी देखा जाना चाहिए। हाल ही में मुंबई पुलिस दल के एक बहादुर अधिकारी अरुण बोरुडे पर भी ऐसा ही आरोप लगाया गया और उन्होंने आत्महत्या कर ली। जाँच के बाद बोरुडे निर्दोष साबित हुए। बलात्कार का आरोप यह बड़ों के खिलाफ विरोध का एक हथियार बन गया है।

छेड़खानी, बलात्कार यह अमानवीय है लेकिन इस तरह के गलत आरोप लगाकर स्त्रीत्व का बेजा इस्तेमाल करना भी समस्त महिला समुदाय को कलंकित कररहा है। **(संकलन वसंक्षिप्तीकरण : श्री आर.एन. ठाकुर)**

नये रेप कानूनों का हो रहा हैदुरुपयोग : उच्च न्यायालय

दिल्ली उच्च न्यायालय ने नये रेप कानूनों के लगातार बढ़ते गलत इस्तेमाल पर चिंता जताते हुए कहा है कि 'बलात्कार केसों को बदला लेने, परेशान करने, पैसा उगाहने और यहाँ तक कि पुरुषों को शादी के लिए मजबूरकरने के लिए इस्तेमाल किया जा रहा है।'

स्वादिष्ट और बलदायक केला

केला एक ऐसा विलक्षण फल है जो शारीरिक व बौद्धिक विकास के साथ उत्साहवर्धक भी है। पूजन-अर्चन आदि कार्यों में भी केले का महत्त्वपूर्ण स्थान है। केले में शर्करा, कैल्शियम, पोटैशियम, सोडियम, फॉस्फोरस, प्रोटीन्स, विटामिन ए, बी, सी, डी एवं लौह, ताँबा, आयोडीन आदि तत्त्वों के साथ ऊर्जा का भरपूर खजाना है।

लाभ : (१) पका केला स्वादिष्ट, भूख बढ़ानेवाला, शीतल, पुष्टिकारक, मांस एवं वीर्यवर्धक, भूख-प्यास को मिटानेवाला तथा नेत्ररोग एवं प्रमेह में हितकर है।

(२) केला हड्डियों और दाँतों को मजबूती प्रदान करता है। छोटे बच्चों के शारीरिक व बौद्धिक विकास के लिए केला अत्यंत गुणकारी है।

(३) एक पका केला रोजाना खिलाने से बच्चों का सूखा रोग मिटता है।

(४) यह शरीर व धातु की दुर्बलता दूर करता है, शरीर को स्फूर्तिवान तथा त्वचा को कांतिमय बनाता है और रोगप्रतिरोधक क्षमता भी बढ़ाता है।

(५) केला अन्न को पचाने में सहायक है। भोजन के साथ १-२ पके केले प्रतिदिन खाने से भूख बढ़ती है।

(६) खून की कमी को दूर करने तथा वजन बढ़ाने के लिए केला विशेष लाभकारी है।

* आसान घरेलू प्रयोग *

स्वप्नदोष : २ अच्छे पके केलों का गूदा खूब घोंटकर उसमें १०-१० ग्राम शुद्ध शहद व आँवले का रस मिला के सुबह-शाम कुछ दिनों तक नियमित लेने से लाभ होता है।

प्रदर रोग (महिलाओं की सफेद पानी पड़ने की बीमारी) : सुबह-शाम एक-एक खूब पका केला १० ग्राम गाय के घी के साथ खाने से करीब एक सप्ताह में ही लाभ होता है।

शीघ्रपतन : एक केले के साथ १० ग्राम शुद्ध शहद लगातार कम-से-कम १५ दिन तक सेवन करें। शीघ्रपतन के रोगियों के लिए यह रामबाण प्रयोग माना जाता है।

आमाशय व्रण (अल्सर) : पके केले खाने और भोजन में दूध व भात लेने से अल्सर में लाभ होता है।

उपरोक्त सभी प्रयोगों में अच्छे-से पके चित्तीदार केले धीरे-धीरे, खूब चबाते हुए खाने चाहिए। इससे केले आसानी से पच जाते हैं, अन्यथा पचने में भारी भी पड़ सकते हैं। अधिक केले खाने से अजीर्ण हो सकता है। केले के साथ इलायची खाने से वह शीघ्र पच जाता है। अदरक भी केला पचाने में सहायता करता है।

सावधानियाँ : केला भोजन के समय या बाद में खाना उचित है। मंदाग्नि, गुर्दों से संबंधित बीमारियों, कफजन्य व्याधियों से पीड़ित व मोटे व्यक्तियों को इसका सेवन नहीं करना चाहिए। केले को छिलका हटाने के बाद तुरंत खा लेना चाहिए। केले, अन्य फल व सब्जियों को फ्रिज में रखने से उनके पौष्टिक तत्त्व नष्ट होते हैं।

नशा छुड़ा के भगवद्रस चखा दिया

मैं पिछले ५ सालों से खूब जमकर अफीम व डोडा (नशीले पदार्थ) का नशा करता था। नशे में मैंने लगभग ७ लाख रुपये बरबाद कर दिये। रोज ५००-५०० रुपये का डोडा व अफीम खा जाता था। घरवालों को एक पैसा भी नहीं देता था, उलटा पिता से या घर में किसीसे ४-५ हजार रुपये और ले लेता था। लोगों के समझाने का मुझ पर कोई असर नहीं होता था। मुझे नींद आनी बंद हो गयी थी। मैं रात को इधर-उधर घूमता रहता था।

एक दिन मुझे बापूजी के प्रत्यक्ष दर्शन हुए। बापूजी टहलते हुए मेरे पास आये और प्यार से बोले : ''बच्चा ! यहाँ क्यों घूम रहा है ?''

मैंने कहा : ''बापूजी ! मैं तो नशे की लत में पड़ गया हूँ और अब यह छूटनेवाली नहीं है।''

बापूजी बड़े अपनेपन से बोले : ''क्यों नहीं छूटनेवाली है ?''

''बापूजी ! मुझे नींद नहीं आती है, मैं पिछले २५ दिनों से सोया नहीं हूँ।''

तब स्नेहपूर्वक बापूजी ने मुझे एक औषधि दी और कहा : ''बेटे ! एक मंत्र देता हूँ, इसे श्रद्धा से जपना।''

मैंने मंत्र जपा तो आश्चर्य ! मुझे उसी दिन नींद आ गयी। बापूजी ने मेरा नशा तो छुड़ा दिया और भगवान के नाम का रस चखा दिया है। अब मैं अपनी सारी जिंदगी भगवन्नाम-जप करके ही बिताऊँगा। मेरे लिए और मेरे परिवार के लिए बापूजी भगवान से भी बढ़कर हैं और हमेशा रहेंगे। **- पवन कुमार, जि. नागौर (राज.)**

अव्वल अंक व ५०,००० की छात्रवृत्ति

मैं बहुत ही सौभाग्यशाली हूँ क्योंकि मुझे पूज्य बापूजी से सारस्वत्य मंत्र की दीक्षा मिली। मैं प्रतिदिन नियम से मंत्रजप करती हूँ। इससे मेरी एकाग्रता व स्मरणशक्ति का खूब विकास हुआ तथा पढ़ाई में पहले से ज्यादा मन लगने लगा। इसके प्रभाव से वर्ष २०१४ में १०वीं (सीबीएसई) की परीक्षा में मुझे १०/१० सीजीपीए अंक मिले हैं। इस कारण मुझे हमारे विद्यालय की तरफ से पुरस्कार के रूप में ५०,००० रुपये की छात्रवृत्ति मिली और मेरी पूरी स्कूल फीस माफ कर दी गयी है। **- रश्मिता वाधवा, गुड़गाँव (हरियाणा)**

मेरे परीक्षा परिणाम बेहतर कैसे ?

पूज्य बापूजी से सारस्वत्य मंत्र की दीक्षा लेने के बाद जप, ध्यान आदि से मेरी स्मरणशक्ति में खूब वृद्धि हुई। इससे १०वीं की परीक्षा में ९५% अंक (सीजीपीए १०) और २०१४ में १२वीं की परीक्षा में ९७.२% अंक पाकर मैंने चंडीगढ़, पंचकुला, मोहाली आदि क्षेत्रों के लगभग २१,००० विद्यार्थियों में चौथा स्थान प्राप्त किया है।

यह सब पूज्य बापूजी से प्राप्त सारस्वत्य मंत्रदीक्षा का ही फल है। **- महिमा दुग्गल, चंडीगढ़**

कहाँ दो और कहाँ टॉपर !

पहले मैं पढ़ने में बहुत कमजोर थी। अंग्रेजी में १०० में से दो-तीन अंक ही मिलते थे।

बापूजी से प्राप्त सारस्वत्य मंत्र के नियमित जप से मुझे १०वीं में ७८% और १२वीं में ८५% अंकों के साथ विद्यालय में द्वितीय स्थान मिला। फिर इंजीनियरिंग कॉलेज में मैं हर साल अपने विषय की टॉपर रही। मई २०१० में मुझे कॉलेज टॉपर की ख्याति मिली। यह सब पूज्य बापूजी से प्राप्त सारस्वत्य मंत्र व उसके जप का ही प्रताप था। **- माधुरी सूरी, बैंगलोर**

रक्षाबंधन के निमित्त देश-विदेश में हुए कार्यक्रम

पूज्य बापूजी की प्रेरणा से चलाये जा रहे महिला उत्थान मंडलों, आश्रम की सेवा समितियों तथा साधिकाओं द्वारा पिछले अनेक वर्षों की तरह इस वर्ष भी आश्रमों, कारागारों, विकलांग-गृहों, बाल-सुधारगृहों एवं अनाथालयों में रक्षाबंधन कार्यक्रम हुए। 'कैदी उत्थान कार्यक्रम' के अंतर्गत देश के विभिन्न कारागारों में यह पर्व मनाया गया। जेलों में जब साधिकाओं ने तिलक व आरती के साथ तुलसी, रुद्राक्ष आदि से बनी वैदिक राखी कैदियों की सूनी कलाई पर बाँधी और मिठाई खिलाकर उनकी उन्नति का शुभ संकल्प किया तो कैदियों की आँखों से भावभीने आँसू छलक आये।

भोपाल, सागर, सीहोर, देवास, ग्वालियर, शाजापुर, छिंदवाड़ा, बैतूल, अलीराजपुर, करेली जि. नरसिंहपुर, जबलपुर (म.प्र.); अहमदाबाद, भरूच, भावनगर, पाटण, बड़ौदा, नवसारी, गोधरा, जामनगर, हिम्मतनगर, पालनपुर जि. बनासकांठा (गुज.); अम्बिकापुर, बिलासपुर, कोरबा, दुर्ग, कवर्धा, राजनांदगाँव (छ.ग.); फरीदाबाद, जींद, रेवाड़ी, भिवानी (हरि.); आसका व कोडाला जि. गंजाम, भुवनेश्वर, अनगुल, ढेंकानाल, झारपड़ा-भुवनेश्वर (ओड़िशा); गाजियाबाद, आजमगढ़, मैनपुरी, वाराणसी (उ.प्र.); कपूरथला, लुधियाना (पंजाब); बिलासपुर (हि.प्र.); धुलिया, पुणे, मालेगाँव जि. नासिक, यवतमाल (महा.), गुलबर्गा (कर्नाटक); देहरादून (उत्तराखंड) आदि स्थानों पर कारागारों में रक्षाबंधन कार्यक्रम सुसम्पन्न हुए।

कैदियों को 'मधुर व्यवहार', 'नशे से सावधान', 'दिव्य प्रेरणा-प्रकाश', 'ऋषि प्रसाद' मासिक पत्रिका आदि सत्साहित्य भी भेंट किये गये। कई स्थानों पर प्रोजेक्टर द्वारा पूज्य बापूजी के जीवनोद्धारक सत्संग तथा वक्ताओं द्वारा भगवन्नाम जप-कीर्तन का लाभ दिलाया गया। कैदियों को मिठाई, फल, रामनाम लेखन पुस्तिकाएँ, पेन, रुमाल आदि वस्तुएँ भी प्रदान की गयीं।

कैदियों ने किया शुभ संकल्प

कैदी उत्थान कार्यक्रम' बिना किसी डंडे के जोर या प्रलोभन के कैदियों के स्थायी सुधार में अहम भूमिका निभा रहा है। इसका प्रत्यक्ष प्रमाण है इन कार्यक्रमों में कैदियों द्वारा लिया गया शुभ संकल्प। अहमदाबाद के साबरमती जेल में कैदियों ने प्रतिदिन सुबह जल्दी उठने व सूर्य भगवान को अर्घ्य देने का नियम लिया। अनेक जेलों में कैदियों ने किसी भी प्रकार का नशा न करने का संकल्प लिया। मुखर्जीनगर-दिल्ली स्थित बाल-सुधारगृह के बच्चों को भगवन्नाम-जप व सत्संग का लाभ दिलाया गया तथा उनसे संकल्प व प्रार्थना करायी गयी, जिससे वे भविष्य में श्रेष्ठ चरित्र का निर्माण कर अच्छे नागरिक बनें।

अनाथालयों व सुधारगृहों में भी बाँधी गयी राखियाँ

रक्षाबंधन के निमित्त 'महिला उत्थान मंडल' द्वारा विभिन्न स्थानों पर विकलांग-गृहों, बाल-सुधारगृहों एवं अनाथालयों में भी अनेक कार्यक्रम आयोजित किये गये। मालेगाँव (महा.), जोधपुर (राज.) आदि स्थानों के अनाथालयों में अनाथों को राखियाँ बाँधी गयीं तथा मिठाई व सत्साहित्य वितरण किया गया। धमतरी (छ.ग.) के विकलांग-गृह में बच्चों को रक्षासूत्र बाँधकर गर्म भोजन के डिब्बे भेंट किये गये। बदलापुर जि. ठाणे एवं पालनपुर जि. बनासकांठा (गुज.) के वृद्धाश्रम और औरंगाबाद, जलगाँव (महा.), मुखर्जीनगर-दिल्ली के बाल-सुधारगृहों में भी रक्षाबंधन कार्यक्रम हुए।

राखी बाँधकर किया पूज्य बापूजी की शीघ्र रिहाई का संकल्प

श्रावणी पूर्णिमा अर्थात् रक्षाबंधन के अवसर पर देश-विदेश में स्थित संत श्री आशारामजी आश्रमों में साधकों-भक्तों ने श्री आशारामायण का पाठ, भजन-कीर्तन, मानसिक पूजन, पादुका-पूजन, पूज्य बापूजी के ऑडियो-विडियो सत्संग आदि का लाभ लिया। देशभर में संकीर्तन यात्राएँ भी निकाली गयीं। इस अवसर पर सभी आश्रमों में साधकों ने व्रत-उपवास करके बड़बादशाह एवं व्यासपीठ पर राखी बाँधी और पूज्य बापूजी की शीघ्र रिहाई के लिए शुभ संकल्प व प्रार्थना की।

अहमदाबाद, करोलबाग-दिल्ली, जोधपुर आदि आश्रमों में वैदिक ढंग से माला पूजन के साथ मानसिक रक्षाबंधन कार्यक्रम हुआ। इस दिन संत श्री आशारामजी गुरुकुलों में तथा बाल संस्कार केन्द्रों में भी सामूहिक रक्षाबंधन कार्यक्रम सम्पन्न हुए।

पूज्य बापूजी के लिए पहुँची अनगिनत राखियाँ

श्रावणी पूर्णिमा पर साधक-साधिकाएँ बड़ी संख्या में जोधपुर भी पहुँचे। उन्होंने जेल के गेट पर राखियाँ बाँधीं व आरती की। जोधपुर केन्द्रीय कारागार में पूज्य बापूजी के लिए देशभर से हजारों-लाखों की संख्या में राखियाँ पहुँचीं। इन राखियों को बापूजी ने स्पर्श किया और फिर प्रसाद रूप में विभिन्न आश्रमों में भिजवा दिया।

डाक विभाग ने बोरे भर-भरकर सैकड़ों-सैकड़ों पत्र व हजारों-हजारों राखियाँ रोजाना जेल पहुँचायीं, जिन्हें देख सभी डाक कर्मचारी व पुलिस अधिकारी आश्चर्यचकित थे कि 'सारे विश्व में भला बापूजी के सिवाय कौन है, जिन्हें हजारों-लाखों की संख्या में माताएँ-बहनें राखियाँ भेजती हों!' ये राखियाँ इस बात का जीवंत प्रमाण है कि बापूजी निर्दोष हैं।

भयानक बाढ़ में राहत-सामग्री लेकर पहुँचे साधक

ओड़िशा में आयी भीषण बाढ़ में भुवनेश्वर और जाजपुर की आश्रम की सेवा समितियों तथा साधकों द्वारा बाढ़ प्रभावित लोगों तक राहत-सामग्री पहुँचायी गयी। जहाँ प्रशासन भी नहीं पहुँच पाया, वहाँ भी पूज्य बापूजी के साधकों ने राहत-सामग्री, औषधियों, खाद्य पदार्थों के साथ भोजन भी पहुँचाया। जिन स्थानों पर वाहन से पहुँचने की व्यवस्था नहीं थी, वहाँ साधकों ने साइकिल रिक्शा से सामग्री पहुँचायी। जिन क्षेत्रों में खूब पानी भर गया था, वहाँ भी पूज्य बापूजी द्वारा प्रेरित 'युवा सेवा संघ' के युवाओं ने अपनी जान की बाजी लगाकर बाढ़ में फँसे लोगों को निकाला, नाव की मदद से बोरे भर-भर के राहत-सामग्री पहुँचायी तथा बाढ़-पीड़ितों को शिविरों में पहुँचाकर उनके भोजन, चिकित्सा आदि की व्यवस्था की।

स्वतंत्रता दिवस पर निकाली गयी देशभक्ति यात्राएँ

स्वतंत्रता दिवस पर देशभर में पूज्य बापूजी द्वारा प्रेरित 'युवा सेवा संघ' द्वारा देशभक्ति व राष्ट्रप्रेम का भाव जगानेवाली देशभक्ति यात्राएँ निकाली गयीं। अनगुल, भुवनेश्वर (ओड़िशा), मुंबई, जलगाँव, अमरावती, नागपुर (महा.), निवाई, बाड़मेर, सीकर, झुन्झुनू, जयपुर, भीलवाड़ा (राज.), गाजियाबाद, आगरा, गोंडा, गोरखपुर, अलीगढ़ (उ.प्र.), फरीदाबाद, जींद, कैथल, अम्बाला, करनाल (हरि.), बैंगलोर, बेलगाम (कर्नाटक), रायपुर, बिलासपुर, नंदिनीनगर, दुर्ग (छ.ग.), जालंधर, होशियारपुर (पंजाब), कोलकाता, खड़गपुर (प.बंगाल), जबलपुर, इंदौर (म.प्र.), जमशेदपुर (झारखंड), हरिद्वार, हैदराबाद, दिल्ली आदि स्थानों पर निकाली गयी यात्राओं में लोगों की भीड़ देखते ही बनती थी।

'ऋषि प्रसाद' सम्मेलन

रायता (महा.), रायपुर (छ.ग.), दिल्ली तथा अलीगढ़ (उ.प्र.) में ऋषि प्रसाद सम्मेलन हुए। इनमें साधकों को 'ऋषि प्रसाद स्मृतिचिह्न' भी प्रदान किये गये। भुवनेश्वर तथा नादौन (हि.प्र.) में 'ज्योत से ज्योत जगाओ' सम्मेलन तथा दादर-मुंबई में साधक-सम्मेलन सम्पन्न हुआ।

जन्माष्टमी पर विभिन्न आयोजन

इस अवसर पर सभी आश्रमों में साधकों-भक्तों ने जागरण, जप, कीर्तन तथा व्रत-उपवास करके निर्दोष पूज्य बापूजी की शीघ्र रिहाई हेतु पुण्यफल-अर्पण किया तथा मक्खन-मिश्री का प्रसाद वितरित किया गया। इस पर्व पर विभिन्न आश्रमों में वक्ताओं के सत्संग भी हुए। जंतर-मंतर एवं रजोकरी आश्रम (दिल्ली) में नाटिकाओं का आयोजन हुआ तथा अहमदाबाद आश्रम में गुरुकुल के ऋषिकुमारों द्वारा 'बाल संत-सम्मेलन' का प्रस्तुतीकरण किया गया।

विविध सेवाकार्यों पर एक नजर

पूज्य बापूजी की प्रेरणा से चलाये जा रहे समाजोत्थान के विविध सेवाकार्य निरंतर जारी हैं। करोलबाग-दिल्ली एवं दाहोद (गुज.) के कावड़ियों (शिवभक्तों) में भंडारा हुआ तथा भुवनेश्वर में भंडारे के साथ ओजस्वी चाय, फल, औषधि (मालिश तेल, अमृत द्रव) आदि भी दिये गये। गोधरा (गुज.), हैदराबाद, इंदौर आदि के गरीबों में अनाज-वितरण किया गया। पलौड़ा जि.जम्मू में 'सत्संग प्रचार सेवा मंडल' द्वारा भंडारे का आयोजन

किया गया । श्रीगंगानगर (राज.) में पलाश शरबत का वितरण हुआ । खरगोन (म.प्र.) में मेले में जल-प्याऊ लगायी गयी तथा शरबत एवं सत्साहित्य वितरण हुआ । जींद (हरि.) में हुए 'गौ-सम्मेलन' में शरबत वितरण किया गया । भावनगर (गुज.) के गरीबों में गर्म भोजन के डिब्बे बाँटे गये । होशियारपुर (पंजाब) में 'युवा सेवा संघ' द्वारा लंगर चलाया गया एवं जीवनोद्धारक सत्साहित्य का वितरण हुआ । रायपुर, भुवनेश्वर, पटियाला व लखनऊ में वृक्षारोपण कार्यक्रम के तहत नीम, आँवला, तुलसी, पीपल आदि लाभकारी वृक्ष लगाये गये । बच्चों को सही दिशा व अच्छे संस्कार देने के लिए पूज्य बापूजी की प्रेरणा से देशभर के विद्यालयों में 'योग व उच्च संस्कार' कार्यक्रम चल रहे हैं । चंडीगढ़ में विद्यार्थियों में नोटबुक-वितरण हुआ तथा हैदराबाद, शमशाबाद, जबलपुर आदि में नोटबुक, पेन, स्टीकर आदि वस्तुओं के साथ विभिन्न बाल-उपयोगी सत्साहित्य का भी वितरण किया गया ।

नारी शक्ति मार्च में उमड़ा महिलाओं का महासागर

निर्दोष संत पूज्य बापूजी को पिछले एक वर्ष से बेबुनियाद आरोपों के आधार पर जेल में रखा गया है, उनकी रिहाई के लिए 'अखिल भारतीय नारी रक्षा मंच', अन्य अनेक महिला संगठनों तथा हजारों महिला भक्तों ने ३१ अगस्त को दिल्ली में राजघाट से पार्लियामेंट स्ट्रीट तक विशाल 'नारी शक्ति मार्च' निकाला । इनकी माँग थी : ''करोड़ों लोगों के आस्था-केन्द्र धर्मगुरुओं, प्रसिद्ध गणमान्य हस्तियों एवं आम लोगों को नारी-सुरक्षा कानूनों की आड़ में फँसाकर देश की जड़ें काटने के लिए महिलाओं को मोहरा बनाया जा रहा है, इस पर रोक लगे । पूज्य संत श्री आशारामजी बापू पर दर्ज मामले में लड़की की मेडिकल जाँच रिपोर्ट, चिकित्सक के बयान, सुप्रसिद्ध वरिष्ठ न्यायविदों के बयानों एवं करोड़ों साधक-साधिकाओं के अनुभवों से स्पष्ट होता है कि बापूजी निर्दोष हैं, फिर भी आज उन्हें जेल में रखे एक वर्ष पूरा हो गया है । २ महिलाओं के झूठे आरोपों के चलते आज लाखों महिलाओं को सड़कों पर उतरने के लिए मजबूर होना पड़ा । इन ७५ वर्षीय वयोवृद्ध संत को बढ़ती जा रही अत्यंत यातनाप्रद बीमारी के बावजूद मानवता के आधार पर भी जमानत तक न मिल पाना हर नागरिक के जेहन में अनेक प्रश्नों को जन्म देता है । बापूजी ने देश, समाज एवं संस्कृति के हित में बहुत बड़ा कार्य किया है । समाज में संयम-सदाचार की शिक्षा एवं वासनारहित प्रेम को बढ़ावा देनेवाले रक्षाबंधन, मातृ-पितृ पूजन दिवस जैसे पर्वों के पुनर्जागरण एवं व्यापक प्रचार-प्रसार के द्वारा नारी-सुरक्षा की समस्या का सच्चा हल लानेवाले तथा महिलाओं के सर्वांगीण विकास के लिए 'महिला उत्थान मंडलों' के माध्यम से अनेक अभियान चलानेवाले बापूजी जैसे संतों पर ऐसे बोगस चारित्रिक आरोप लगवाकर उन्हें जेल भिजवाना, यह महिला एवं समाज विकास को रोकने का बड़ा षड्यंत्र है । इसकी जाँच हो और बापूजी को जल्द-से-जल्द रिहा किया जाय, यह हमारी अपील है ।''

इस महा रैली में महिलाओं का मानो सागर उमड़ पड़ा । अनेक एनजीओज् तथा धार्मिक, सामाजिक संगठनों एवं उनके कार्यकर्ताओं ने भी इसमें भाग लिया । घनघोर वर्षा व तूफान में भी सत्य के पक्ष में हाथों में तख्तियाँ तथा सिर पर बापूजी को निर्दोष बतानेवाली भगवी टोपी पहनकर नारे देती हुईं हजारों-हजारों जागरूक महिलाओं एवं युवतियों का यह मार्च ४ घंटे तक चलता रहा । यदि बापूजी पर लगे आरोप सच्चे होते तो क्या इतनी विशाल संख्या में महिलाएँ बापूजी का समर्थन करतीं ? महिलाओं का यह हुजूम बापूजी की निर्दोषता का जीता-जागता प्रमाण है । बापूजी पर हो रहे अत्याचार का विरोध महिलाओं ने हाथ में काली पट्टी बाँधकर तथा काले गुब्बारे छोड़ के किया । राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, विभिन्न मंत्रालयों व महिला आयोग को ज्ञापन सौंपे गये । अंत में महिलाएँ जंतर-मंतर पहुँचीं, जहाँ पिछले १ साल से बापूजी की रिहाई के लिए धरना चल रहा है । दिल्ली में पहली बार इतना विशाल 'नारी शक्ति मार्च' हुआ ।

इसके साथ ही दादर (मुंबई), रायपुर, नासिक, इंदौर, देवास आदि देश के विभिन्न स्थानों में इस दिन को 'काला दिवस' घोषित कर रैलियाँ एवं प्रदर्शन हुए । इसके अलावा आजाद मैदान, मुंबई में ३० अगस्त को विश्व हिन्दू परिषद, बजरंग दल, सनातन संस्था, हिन्दू जनजागृति समिति आदि सज्जन हिन्दू संगठनों द्वारा विशाल धरना-प्रदर्शन किया गया ।

पुण्यदायी तिथियाँ

२५ सितम्बर : शारदीय नवरात्र प्रारम्भ (व्रत-उपवास, मौन, जप-ध्यान, जागरण (रात्रि १२ बजे तक), भगवन्नाम अनुष्ठान तथा विद्यार्थियों हेतु सारस्वत्य मंत्र-अनुष्ठान के लिए स्वर्णकाल। विस्तृत जानकारी के लिए पढ़ें पुस्तक 'मंत्र-जप एवं अनुष्ठान विधि')

२६ सितम्बर : पूज्य संत श्री आशारामजी बापू का ५०वाँ आत्मसाक्षात्कार दिवस

१ अक्टूबर : बुधवारी अष्टमी (दोपहर १-५० से २ अक्टूबर सूर्योदय तक)

३ अक्टूबर : विजयादशमी (वर्ष के साढ़े तीन शुभ मुहूर्तों में से एक। कोई भी शुभ कर्म करने के लिए शुभ मुहूर्त देखने की आवश्यकता नहीं, सर्व कार्य सिद्ध करनेवाला मुहूर्त), विजय मुहूर्त (संकल्प, शुभारम्भ, नूतन कार्य, सीमोल्लंघन के लिए) : दोपहर २-२७ से ३-१४ तक

५ अक्टूबर : पाशांकुशा एकादशी (स्वर्ग, मोक्ष, आरोग्य, सुंदर स्त्री, धन एवं मित्र देनेवाला, सब पापों को हरनेवाला, यम-यातना से मुक्त करनेवाला तथा माता, पिता व स्त्री पक्ष की दस-दस पीढ़ियों का उद्धार करनेवाला व्रत - पद्म पुराण)

८ अक्टूबर : खग्रास चन्द्रग्रहण (ग्रहण समय : दोपहर २-४४ से शाम ६-०५ तक) (जयपुर छोड़ के बाकी के राजस्थान में और गुजरात एवं मुंबई में ग्रहण के नियमों का पालन आवश्यक नहीं है। शेष सभी स्थानों में नियम पालनीय हैं।)

१५ अक्टूबर : बुधवारी अष्टमी (दोपहर ११-४६ से १६ अक्टूबर सूर्योदय तक)

१६ अक्टूबर : गुरुपुष्यामृत योग (सुबह १०-४७ से १७ अक्टूबर सूर्योदय तक)

१७ अक्टूबर : संक्रांति (पुण्यकाल : दोपहर २-१२ से सूर्यास्त तक)

१९ अक्टूबर : रमा एकादशी (बड़े-बड़े पापों को हरनेवाला, चिंतामणि तथा कामधेनु के समान सब मनोरथों को पूर्ण करनेवाला व्रत), ब्रह्मलीन मातुश्री श्री माँ महँगीबाजी का महानिर्वाण दिवस

ग्रहण में क्या करें, क्या न करें ?

८ अक्टूबर : खग्रास चन्द्रग्रहण (ग्रहण समय : दोपहर २-४४ से शाम ६-०५ तक) (जयपुर छोड़ के बाकी के राजस्थान में और गुजरात एवं मुंबई में ग्रहण के नियमों का पालन आवश्यक नहीं है। शेष सभी स्थानों में नियम पालनीय हैं।)

✻ भगवान वेदव्यासजी ने परम हितकारी वचन कहे हैं : 'सामान्य दिन से चन्द्रग्रहण में किया गया पुण्यकर्म (जप, ध्यान, दान आदि) एक लाख गुना और सूर्यग्रहण में दस लाख गुना फलदायी होता है। यदि गंगाजल पास में हो तो चन्द्रग्रहण में पुण्यकर्म एक करोड़ गुना और सूर्यग्रहण में दस करोड़ गुना फलदायी होता है।' अतः इस समय गुरुमंत्र, इष्टमंत्र अथवा भगवन्नाम-जप अवश्य करें, न करने से मंत्र को मलिनता प्राप्त होती है।

✻ चन्द्रग्रहण में ग्रहण के तीन प्रहर (९ घंटे) पूर्व से सूतक लगता है। सूतक व ग्रहण काल में भोजन वर्जित है। बूढ़े, बालक और रोगी डेढ़ प्रहर (साढ़े चार घंटे) पूर्व तक खा सकते हैं।

✻ ग्रहण के समय ताला खोलना, सोना, मल-मूत्र का त्याग, मैथुन और भोजन - ये सब कार्य वर्जित हैं। गर्भवती महिला को ग्रहण के समय विशेष सावधानी से नियमों का पालन करना चाहिए।

(विस्तृत जानकारी हेतु पढ़ें आश्रम से प्रकाशित पुस्तक : 'क्या करें, क्या न करें ?')

रक्षाबंधन पर्व पर समाज-उत्थान की सुंदर पहल

देशभक्ति एवं गुरुभक्ति का बेजोड़ संगम 'युवा सेवा संघ' द्वारा स्वतंत्रता दिवस पर निकाली गयी देशभक्ति यात्राएँ

देशभर में हो रहे 'ऋषि प्रसाद' सम्मेलनों की थोड़ी झलक

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।
आश्रम, समितियाँ एवं साधक परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें।

RNP. No. GAMC 1132/2012-14
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-2014)
Licence to Post without Pre-payment.
WPP No. 08/12-14
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2014)
RNI No. 48873/91
DL (C)-01/1130/2012-14
WPP LIC No. U (C)-232/2012-14
MH/MR-NW-57/2012-14
'D' No. MR/TECH/47.4/2014
Date of Publication: 1st Sep 2014

असंख्य माताओं-बहनों ने भेजी बापूजी के लिए जोधपुर कारागार में राखियाँ

रक्षाबंधन पर्व पर समाज-उत्थान की सुंदर पहल

हर साल की तरह इस साल भी आश्रम संचालित महिला उत्थान मंडलों, सेवा समितियों द्वारा देशभर में कारागृहों, बाल-सुधारगृहों, अनाथालयों तथा वृद्धाश्रमों में जाकर कैदियों, अनाथों को भारतीय संस्कृति का रक्षासूत्र बाँध के जीवन में संयम, सदाचार, सद्भाव, सद्गुण, सौहार्द लाकर जीवन को मंगलमय बनाने का संकल्प दिलाया गया।

आवरण पृष्ठ ३ भी देखें।

ओड़िशा में आयी भीषण बाढ़ में राहत-सामग्री लेकर दुर्गम स्थानों पर भी पहुँचे साधक-समूह

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।
आश्रम, समितियाँ एवं साधक परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें।